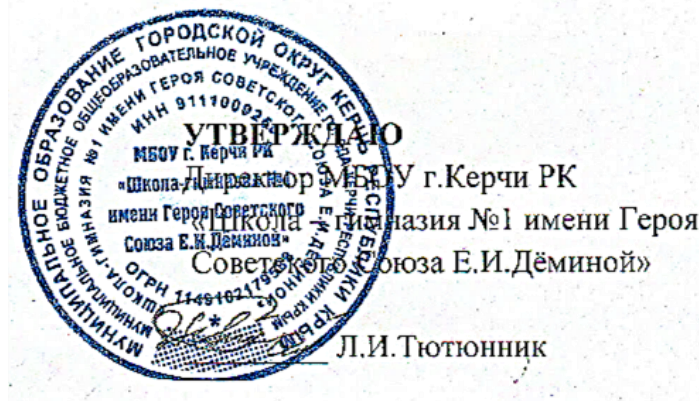




05.02.2026

| Неделя: 2 ДЕНЬ: 4 (четверг)                 |                |                   |         |             |                                  |                |
|---------------------------------------------|----------------|-------------------|---------|-------------|----------------------------------|----------------|
| Наименование блюда                          | Выход<br>блюда | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | №<br>рецептуры |
|                                             |                | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |                |
| ЗАВТРАК                                     |                |                   |         |             |                                  |                |
| Каша молочная жидкая<br>пшеничная           | 210            | 4,59              | 4,90    | 31,26       | 187,00                           | 199            |
| Бутерброд с сыром                           | 60             | 6,68              | 8,45    | 19,39       | 180,00                           | 3              |
| Чай с лимоном                               | 180/10/7       | 0,12              | 0,02    | 10,20       | 41,00                            | 412            |
| Итого за завтрак                            | 467            | 11,39             | 13,37   | 60,85       | 408,00                           |                |
| II ЗАВТРАК                                  |                |                   |         |             |                                  |                |
| Сок фруктовый                               | 180            | 0,90              | 0,00    | 18,18       | 76,00                            | 418            |
| Итого за II завтрак                         | 180            | 0,90              | 0,00    | 18,18       | 76,00                            |                |
| ОБЕД                                        |                |                   |         |             |                                  |                |
| Салат из свеклы с огурцами<br>солеными      | 60             | 0,86              | 3,66    | 4,01        | 52,44                            | 57             |
| Суп картофельный с<br>макаронными изделиями | 200            | 2,15              | 2,27    | 13,71       | 83,80                            | 86             |
| Птица, тушенная в соусе с<br>овощами        | 230            | 12,32             | 3,02    | 20,88       | 160,00                           | 277            |
| Компот из сухофруктов                       | 180            | 0,40              | 0,02    | 24,99       | 101,70                           | 372            |
| Хлеб пшеничный                              | 40             | 3,16              | 0,40    | 19,32       | 94,40                            |                |
| Хлеб ржаной                                 | 35             | 2,31              | 0,42    | 11,69       | 60,90                            |                |
| Итого за обед                               | 745            | 21,20             | 9,79    | 94,60       | 553,24                           |                |
| ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ                         |                |                   |         |             |                                  |                |
| Запеканка из творога                        | 152            | 26,66             | 18,32   | 26,07       | 375,44                           | 251            |
| Соус яблочный                               | 30             | 0,03              | 0,03    | 5,11        | 20,79                            | 380            |
| Яблоки печеные с повидлом                   | 120            | 0,48              | 0,46    | 43,86       | 181,20                           | 403            |
| Кофейный напиток с<br>молоком               | 180            | 2,85              | 2,41    | 14,36       | 91,00                            | 414            |
| Хлеб ржаной                                 | 33             | 2,18              | 0,40    | 11,02       | 57,42                            |                |
| Итого за полдник                            | 515            | 32,20             | 21,61   | 100,42      | 725,85                           |                |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:                              | 1907           | 65,69             | 44,77   | 274,05      | 1763,09                          |                |