



Л.И.Тютюнник

19.02.2026

Неделя: 2 ДЕНЬ: 4 (четверг)

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК						
Каша молочная жидкая пшениная	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 сахаром	180/10/7	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Итого за завтрак	467	11,33	13,37	60,64	407,00	
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 солеными	60	0,86	3,66	4,01	52,44	37
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,80	88
Птица, тушенная в соусе с овощами	230	12,32	3,02	20,88	160,00	319
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	39	3,08	0,39	18,84	92,04	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	739	20,79	9,72	92,45	542,18	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Пудинг из творога с рисом	62	9,14	5,85	12,35	138,88	250
Соус молочный	15	0,31	0,78	5,11	20,79	368
Яблоки печеные с повидлом	120	0,48	1,27	15,08	181,20	403
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	29	1,91	0,35	9,69	50,46	
Итого за полдник	406	14,69	10,66	56,59	482,33	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1792	47,72	33,75	227,86	1507,51	