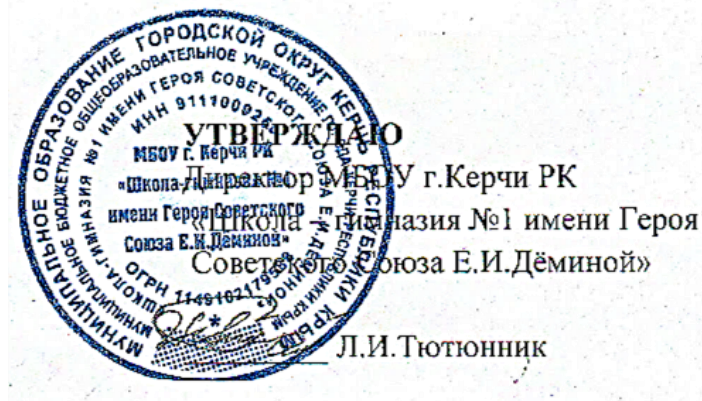




04.03.2026

Неделя: 2 ДЕНЬ: 3 (среда)

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК						
Каша молочная жидкая рисовая	210	2,17	3,89	27,45	154,00	199
Бутерброд с повидлом	55	2,49	3,93	27,56	156,00	2
Чай с лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	412
Итого за завтрак	462	4,78	7,84	65,21	351,00	
II ЗАВТРАК						
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,00	419
Итого за II завтрак	180	5,48	4,88	9,07	102,00	
ОБЕД						
Икра морковная	60	1,32	2,76	6,53	56,22	55
Суп картофельный с пшеном	200	1,74	2,27	11,43	73,20	86
Биточки рубленые из птицы паровые	60	10,79	2,38	5,42	86,25	323
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
Макароны отварные с маслом	155	6,38	7,96	35,97	324,10	219
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	43	3,40	0,43	20,77	101,48	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за обед	758	26,16	17,80	113,39	803,52	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Салат из соленых огурцов с луком	60	0,51	3,06	1,56	35,88	20
Омлет с зеленым горошком	85	6,52	8,07	8,41	132,00	233
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	411
Хлеб ржаной	26	1,72	0,31	8,68	45,24	
Итого за полдник	451	9,21	11,86	38,44	297,12	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1851	45,63	42,38	226,12	1553,64	