



Л.И.Тютюнник

07.05.2026

Неделя: 1 ДЕНЬ: 4 (четверг)						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша молочная жидкая рисовая	200	2,07	3,70	26,14	146,67	199
Бутерброд с маслом	55	3,37	10,38	20,10	187,00	1
Чай с лимоном	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	412
<b>Итого за завтрак</b>	<b>452</b>	<b>5,56</b>	<b>14,11</b>	<b>56,45</b>	<b>374,67</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>						
Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,00	419
<b>Итого за II завтрак</b>	<b>180</b>	<b>5,48</b>	<b>4,88</b>	<b>9,07</b>	<b>102,00</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из белокочанной капусты	60	0,84	3,04	5,19	51,54	21
Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	107,80	87
Котлеты рубленые из птицы	60	11,30	2,54	9,45	105,75	322
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	339
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	36	2,84	0,36	17,39	84,96	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
<b>Итого за обед</b>	<b>716</b>	<b>24,56</b>	<b>15,46</b>	<b>97,04</b>	<b>627,34</b>	
<b>ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ</b>						
Блинчики со сгущенным молоком	116	2,55	3,59	39,12	213,63	430
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	416
Хлеб ржаной	28	1,85	0,34	9,35	48,72	
<b>Итого за полдник</b>	<b>424</b>	<b>8,47</b>	<b>7,51</b>	<b>74,09</b>	<b>413,35</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1772</b>	<b>44,06</b>	<b>41,95</b>	<b>236,65</b>	<b>1517,36</b>	