



Л.И.Тютюнник

15.05.2026

Неделя: 2 ДЕНЬ: 5 (пятница)						
Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК						
Каша молочная жидкая овсяная	260	6,08	7,43	35,17	231,52	199
Бутерброд с сыром	40	4,45	5,63	12,93	120,00	3
Чай с сахаром	180/10/7	0,06	0,02	9,99	40,00	412
Итого за завтрак	497	10,59	13,08	58,09	391,52	
II ЗАВТРАК						
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	418
Итого за II завтрак	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
ОБЕД						
Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,42	35,88	13
Суп картофельный с клецками	200	1,68	2,69	9,71	69,80	91
Котлеты рубленые из птицы	80	15,07	3,38	12,60	141,00	322
Соус сметанный	25	0,35	1,25	1,47	18,53	372
Каша вязкая пшеничная	155	4,00	4,24	24,55	152,40	331
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	29	2,29	0,29	14,01	68,44	0
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90	0
Итого за обед	764	26,30	16,06	96,93	634,79	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Макароны, отварные с сыром	150	9,29	10,01	22,71	218,00	220
Печенье сахарное	42	3,75	6,72	29,00	189,00	
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	37,89	411
Хлеб ржаной	28	1,85	0,34	9,35	48,72	
Итого за полдник	400	14,94	17,08	70,53	493,61	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1761	52,24	46,63	235,35	1563,92	