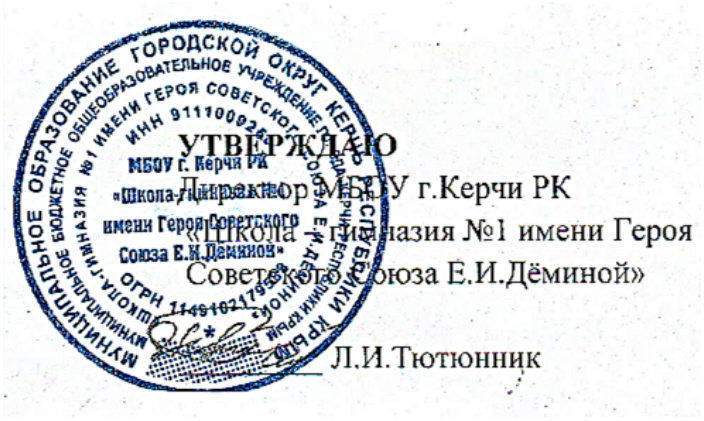


09.09.2026

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 рисовая	205	2,12	3,80	26,80	150,33	199
Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	1
Чай с сахаром	180/10/7	0,06	0,02	9,99	40,00	412
Итого за завтрак	**442**	**4,63**	**11,37**	**51,41**	**326,33**	
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 свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,42	35,88	13
Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00	63
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
Каша вязкая пшеничная	155	4,00	4,24	24,55	152,40	182
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	40	3,51	0,44	21,47	104,89	
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	
Итого за обед	**765**	**23,67**	**16,64**	**103,16**	**654,95**	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Макароны отварные с маслом	155	5,68	4,36	27,25	171,00	219
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	21	1,39	0,25	7,01	36,54	
Итого за полдник	**416**	**10,64**	**9,64**	**53,24**	**345,54**	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	**1803**	**39,83**	**37,65**	**225,99**	**1402,82**	