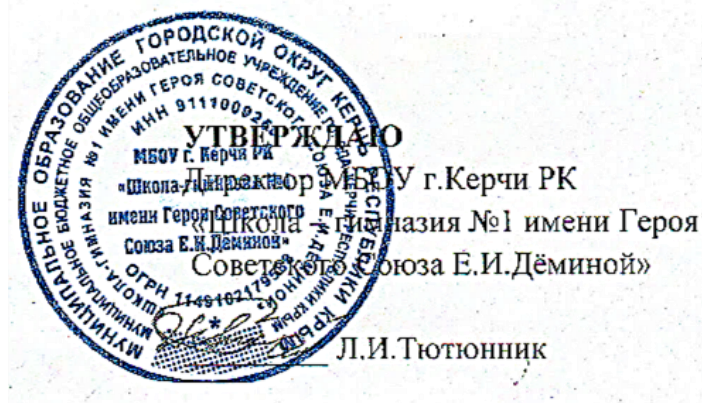




25.09.2026

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	210	4,91	6,00	28,41	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	412
Итого за завтрак	467	11,65	14,47	57,79	407,00	
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 белокочанной капусты	60	0,84	3,04	5,19	51,54	21
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	30	0,42	1,50	1,76	22,23	372
Макароны отварные с маслом	155	5,68	4,36	27,25	171,00	219
Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	24	1,90	0,24	11,59	56,64	0
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,90	0
Итого за обед	764	28,30	15,65	104,78	674,81	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Салат из соленых огурцов с луком	60	0,51	3,06	1,56	35,88	20
Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157,00	229
Печенье сахарное	42	3,75	6,72	29,00	189,00	
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	414
Хлеб ржаной	19	1,25	0,23	6,35	33,06	
Итого за полдник	386	15,88	25,88	52,78	505,94	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1717	56,23	56,40	225,15	1631,75	