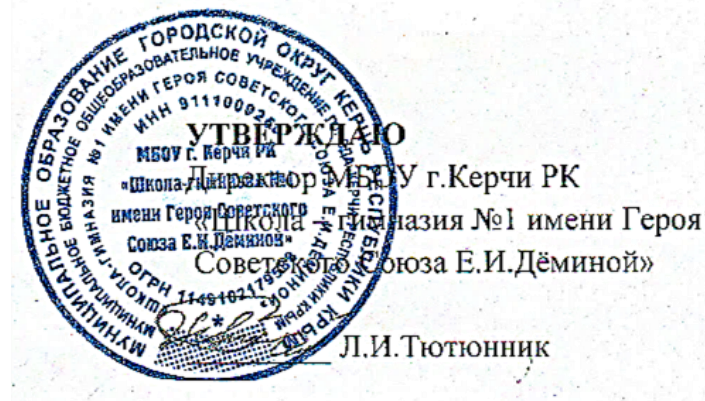




01.10.2026

Неделя: 1 ДЕНЬ: 4 (четверг)						
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 маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,00	1
Чай с сахаром	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00	411
Итого за завтрак	447	4,74	11,46	52,27	331,00	
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						
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
Птица, тушенная в соусе с овощами	230	12,32	3,02	20,88	160,00	319
Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	21,49	87,84	390
Хлеб пшеничный	47	3,71	0,47	22,70	110,92	
Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50	
Итого за обед	742	23,05	11,19	91,67	561,60	
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Макароны, отварные с сыром	150	9,29	10,01	22,71	218,00	220
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	37,89	411
Хлеб ржаной	23	1,52	0,28	7,68	40,02	
Итого за полдник	413	11,58	12,92	44,48	342,91	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1782	44,86	40,45	197,49	1337,51	