

12.01.2026



Утверждаю:

заведующий

Н.С. Изотова

| Наименование блюда                          | выход, г. | белки | жиры  | углеводы, г | ЭЦ, ккал. |
|---------------------------------------------|-----------|-------|-------|-------------|-----------|
| <b>Завтрак( 365)</b>                        |           |       |       |             |           |
| суп молочный с макаронами № 33 сб. 2011     | 180       | 6,60  | 7,30  | 21,40       | 178,70    |
| Хлеб пшеничный .сыр                         | 30/6      | 7,9   | 475   | 24,2        | 172       |
| Кофейный напиток на молоке №286.сб.2015г.   | 200       | 0,18  | 0,03  | 19,33       | 34,20     |
|                                             |           |       |       |             |           |
| <b>Второй завтрак (180)</b>                 |           |       |       |             |           |
| яблоко №10 ТК                               | 150       | 0,60  | 0,60  | 14,76       | 66,26     |
| <b>Обед(744)</b>                            |           |       |       |             |           |
| борщ с мясом №52, сб 2015г.                 | 180       | 1,44  | 4,14  | 6,98        | 171,30    |
| Тефтели мясные №286 сб.2011                 | 60        | 21,32 | 12,91 | 14,90       | 227,2     |
| каша пшеничная №177 сб. 2004                | 140       | 9     | 5,1   | 53          | 284       |
| соус № 348 сб. 2011                         | 10        | 1,16  | 4,2   | 8,18        | 74,5      |
| Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г. | 180       | 0,92  | 0,05  | 50,56       | 83,25     |
| Хлеб пшеничный                              | 50        | 1,65  | 8,88  | 0,6         | 103       |
| <b>Полдник(260)</b>                         |           |       |       |             |           |
| Оладьи печеные № 247 №сб. 2003              | 60        | 6,4   | 6,00  | 35,40       | 221,00    |
| Чай с лимоном № 505 сб.2013                 | 200       | 0,20  | 0,00  | 15,00       | 61,60     |
|                                             |           |       |       |             |           |
| <b>Ужин(450)</b>                            |           |       |       |             |           |
|                                             |           |       |       |             |           |
| суп картофельный с мясом № 85 сб. 2012      | 200       | 5     | 7,7   | 11,00       | 298,7     |
| Чай с сахаром №282 сб,2015г.                | 200       | 0,1   | 0,03  | 9,1         | 25        |
| Хлеб пшеничный                              | 30        | 1,65  | 0,3   | 8,35        | 44,2      |
| <b>Итого за прием:</b>                      |           |       |       |             | 2044,91   |