

19.05.2025



утверждаю  
заведующий Н.Г. Изотова

| Наименование блюда                          | выход, г | белки | жиры | углеводы, г | ЭЦ, ккал. |
|---------------------------------------------|----------|-------|------|-------------|-----------|
| <b>Завтрак (425)</b>                        |          |       |      |             |           |
| Каша манная молочная №194 сб.2015г.         | 180      | 5     | 7,43 | 29,67       | 215,06    |
| Чай с сахаром №282 сб,2015г.                | 200      | 0,1   | 0,03 | 9,1         | 25        |
| Хлеб пшеничный .сыр                         | 30/6     | 7,9   | 475  | 24,2        | 172       |
|                                             |          |       |      |             |           |
| <b>Второй завтрак(80)</b>                   |          |       |      |             |           |
| напиток из свежих яблок № 438 сб. 2008      | 150      | 0,10  | 0,10 | 14,70       | 60,30     |
| <b>Обед(705)</b>                            |          |       |      |             |           |
|                                             |          |       |      |             |           |
| свекольник №58 2011                         | 180      | 2,04  | 5    | 14,1        | 199,2     |
| тефтели рыбные №248 сб.2011                 | 60       | 7,98  | 4,72 | 3,12        | 187,00    |
| каша перловая №158 сб.2011                  | 130      | 2,32  | 4,29 | 20,5        | 222,2     |
| Хлеб пшеничный                              | 50       | 1,65  | 0,3  | 8,35        | 44,2      |
| Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г. | 180      | 0,92  | 0,05 | 50,56       | 83,25     |
| <b>Полдник(270)</b>                         |          |       |      |             |           |
| печенье ТК № 018                            | 40       | 3,8   | 5,00 | 43,20       | 185,00    |
| Чай с лимоном № 505 сб.2013                 | 200      | 0,20  | 0,00 | 15,00       | 61,60     |
| <b>Ужин 460</b>                             |          |       |      |             |           |
|                                             |          |       |      |             |           |
| Рагу овощное №153 сб.2015г.                 | 200      | 12,1  | 14,5 | 21,1        | 264       |
| морс из ягод № 301 сб. 203                  | 200      | 0,00  | 0,00 | 15,00       | 57,00     |
| Хлеб пшеничный                              | 30       | 1,65  | 0,3  | 8,35        | 44,2      |
| <b>итого</b>                                |          |       |      |             | 1820,01   |