

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда(г)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя вторая						
4-й день						
10.04.2025						
завтрак	икра морковная	50				
8:00	омлет	150	1,3	4,5	6,4	71,3
	Масло (порциями)	5	0,1	7,3	0,1	66,1
	кофейный напиток	180	2,8	2,4	12,8	84
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14	66,9
	Всего	415	6,3	14,5	33,3	288,3
2-й завтрак						
10:00	яблоко	100	1,1	0	16,3	69,6
	Всего	100	1,1	0	16,3	69,6
обед						
12:00						
	Суп овощной	180	2	2,7	8,6	66,7
	котлета любительская	70	8,1	3,9	6,1	91,9
	пюре картофельное	130	6	2,6	29,2	164
	компот	180	1,1	0	16,3	69,6
	Хлеб пшеничный	45	3,2	0,5	21	100,4
	Всего	605	20,4	9,7	81,2	492,6
полдник						
15:25	блинчики /сгущ молоко	70	5,5	6,2	8	110
	снежок	200	3,8	2,9	21,1	125,4
			1,2	1,2	10	56,3
	Всего	270	10,5	10,3	39,1	291,7
ужин						
17:00						
	тефтели мясные в соусе	90	0,8	2,6	4,5	44
	рагу овощное	150	7	8,6	12,7	155,9
	чай с сахаром	180	1,4	1,2	2,2	24,7
	Хлеб пшеничный	45	3,2	0,5	21	100,4
	Всего	465	12,4	12,9	40,4	325
	Итого	1855	50,7	47,4	210,3	1467,2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда(г)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)
			Б	Ж	У	
Неделя вторая						
4-й день						
10.04.2025						
завтрак	икра морковная	50				
8:00	омлет	150	1,3	4,5	6,4	71,3
	Масло (порциями)	5	0,1	7,3	0,1	66,1
	кофейный напиток	180	2,8	2,4	12,8	84
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	14	66,9
	Всего	415	6,3	14,5	33,3	288,3
2-й завтрак						
10:00	яблоко	100	1.1	0	16.3	69,6
	Всего	100	1,1	0	16,3	69,6
обед						
12:00						
	Суп овощной	180	2	2,7	8,6	66,7
	котлета любительская	70	8,1	3,9	6,1	91,9
	пюре картофельное	130	6	2,6	29,2	164
	компот	180	1.1	0	16.3	69,6
	Хлеб пшеничный	45	3,2	0,5	21	100,4
	Всего	605	20,4	9,7	81,2	492,6
полдник						
15:25	блинчики /сгущ молоко	70	5,5	6,2	8	110
	снежок	200	3,8	2,9	21,1	125,4
			1,2	1,2	10	56,3
	Всего	270	10,5	10,3	39,1	291,7
ужин						
17:00						
	тефтели мясные в соусе	90	0,8	2,6	4,5	44
	рагу овощное	150	7	8,6	12,7	155,9
	чай с сахаром	180	1,4	1,2	2,2	24,7
	Хлеб пшеничный	45	3,2	0,5	21	100,4
	Всего	465	12,4	12,9	40,4	325
	Итого	1855	50,7	47,4	210,3	1467,2