

(data)

01.06.2025г.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Какао со сгущенным молоком	180	5,56	5,99	10,53	118,04	250
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	58,75	701
	Сыр (порциями)	8	1,86	2,36	0,00	28,8	7
	Омлет натуральный	150	13,52	17,86	3,51	229,2	110
	Вафли	12	0,38	0,34	9,73	41,05	5
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		375	23,30	26,80	35,84	475,84	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	75	7,50	0,75	21,75	123,75	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		75	7,50	0,75	21,75	123,75	
ОБЕД	Суп из овощей	180	7,70	6,25	10,94	130,75	35
	Салат из моркови с кукурузой консервированной	50	0,87	5,11	4,51	68,1	11
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,5	700
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0,00	10,55	40,12	241
	Пюре из гороха с маслом	130	12,97	2,86	31,28	202,75	108
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	58,75	701
	Биточки (с маслом)	70	10,94	9,21	11,37	168,48	161
ИТОГО ЗА ОБЕД		660	36,15	23,98	89,07	712,45	
ПОЛДНИК	Зразы творожные с изюмом	70	11,98	6,80	19,37	185,42	121
	Кисломолочные продукты (витаминизированные) (йогурт)	180	5,40	0,09	7,20	72	4
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	17,38	6,89	26,57	257,42	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:-		1360	84,33	58,42	173,23	1569,46	