

26.06.2025

(Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

30/5 **Бутерброд с маслом сливочным** Ккал-116, Бел-2, Жир-4, Угл-171

батон вябишука, масло сладко-сливочное 72,5%

200 **Каша кукурузная молочная жидкая** Ккал-180, Бел-6, Жир-9, Угл-27

молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа кукурузная, сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%

200 **Кофейный напиток с молоком** Ккал-90, Бел-3, Жир-3, Угл-14

молоко питьевое пастериз. 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток

Итого за Завтрак Ккал-386, Бел-11, Жир-16, Угл-212

Завтрак 2

100 **Сок яблочный** Ккал-43, Бел-1, Угл-10

Итого за Завтрак 2 Ккал-43, Бел-1, Угл-10

Обед

200 **Борщ с фасолью и картофелем** Ккал-96, Бел-2, Жир-5, Угл-10

картофель, капуста белокочанная, фасоль натуральная консервированная, морковь св., сметана 15 %, свекла, лук репчатый, томат-паста, соль йодированная, масло подсолнечное раф., зелень (укроп, петрушка), сахар-песок

80 **Тефтели из мяса говядины** Ккал-165, Бел-11, Жир-9, Угл-10

мясо говядины а б/к охл., лук репчатый, молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа рис илифованный 1 сорт, мука пшеничная в/с, масло сладко-сливочное 72,5%

130 **Каша гречневая вязкая** Ккал-127, Бел-4, Жир-4, Угл-18

крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное 72,5%

30 **Хлеб из муки пшеничной** Ккал-73, Бел-2, Угл-15

40 **Хлеб ржано-пшеничный** Ккал-90, Бел-3, Угл-18

200 **Напиток из плодов шиповника** Ккал-66, Бел-3, Жир-6, Угл-16

шиповник, сахар-песок

50 **Соус томатный** Ккал-38, Бел-1, Жир-2, Угл-4

томат-паста, морковь св., масло сладко-сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, лук репчатый, сахар-песок

40 **Огурец свежий** Ккал-6, Угл-1

Итого за Обед Ккал-661, Бел-26, Жир-26, Угл-92

Полдник

50 **Соус молочный (сладкий)** Ккал-42, Бел-1, Жир-2, Угл-4

молоко питьевое пастериз. 2,5%, масло сладко-сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сахар-песок

200/8 **Чай с сахаром** Ккал-34, Угл-8

сахар-песок, чай черный

130 **Пудинг из творога** Ккал-406, Бел-29, Жир-19, Угл-30

творог 5 % жирн., яйцо куриное пищевое, крупа манная, изюм, сахар-песок, сухари панировочные, сметана 15 %, масло сладко-сливочное 72,5%, ванилин

Итого за Полдник Ккал-482, Бел-30, Жир-21, Угл-42

Ужин

150 **Молоко кипяченое** Ккал-78, Бел-4, Жир-4, Угл-7

15 **Хлеб из муки пшеничной** Ккал-36, Бел-1, Угл-7

Итого за Ужин Ккал-114, Бел-5, Жир-4, Угл-14

Итого за день Ккал-1 686, Бел-73, Жир-67, Угл-370

Заведующий _____

Кладовщик _____

Дулина Г. В.

Шеф-повар _____

Н.М.Павлова

Столешников 125, Чоруб