

(Сад)

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

Завтрак

30/5	Бутерброд с маслом сливочным батон "Вябинушка", масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-116, Бел-2, Жир-4, Угл-171
150/5/1	Макароны отварные с маслом, сыром макароны, сыр полутвердый 50%, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-312, Бел-11, Жир-11, Угл-42
200	Какао на сгущенном молоке молоко цельное сгущенное с сахаром, какао-порошок	Ккал-130, Бел-6, Жир-9, Угл-22
Итого за Завтрак		Ккал-558, Бел-19, Жир-24, Угл-235

Завтрак 2

100	Яблоко свежее	Ккал-47, Угл-10
Итого за Завтрак 2		Ккал-47, Угл-10

Обед

200	суп картофельный с бобовыми картофель, фасоль натуральная консервированная, морковь св., лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное раф., зелень (укроп, петрушка), бульон	Ккал-88, Бел-2, Жир-4, Угл-10
80	Котлета рубленая из птицы (цыпленка) тушка цыпленка 1 категории, молоко питьевое пастериз. 2,5%, хлеб белый пшеничный, сухари панировочные, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-208, Бел-13, Жир-11, Угл-14
130	Каша пшеничная с маслом крупа пшеничная, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-139, Бел-4, Жир-4, Угл-21
45	Хлеб ржано-пшеничный	Ккал-101, Бел-4, Жир-1, Угл-21
25	Хлеб из муки пшеничной	Ккал-61, Бел-2, Угл-12
200	Компот из сухофруктов сухофрукты, сахар-песок	Ккал-150, Бел-1, Жир-4, Угл-27
40	Помидор свежий	Ккал-8, Угл-1
Итого за Обед		Ккал-755, Бел-26, Жир-24, Угл-106

Полдник

50	Соус молочный (сладкий) молоко питьевое пастериз. 2,5%, мука пшеничная в/с, масло сладко-сливочное 72,5%, сахар-песок	Ккал-42, Бел-1, Жир-2, Угл-4
200/8/7	Чай с лимоном сахар-песок, лимоны, чай черный	Ккал-36, Угл-8
150	Запеканка из творога творог 5 % жирн., яйцо куриное пищевое, сахар-песок, крупа манная, сметана 15 %, сухари панировочные, масло сладко-сливочное 72,5%, ванилин	Ккал-280, Бел-23, Жир-12, Угл-21
Итого за Полдник		Ккал-358, Бел-24, Жир-14, Угл-33

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-1832, Бел-74, Жир-66, Угл-398

Заведующий _____

Кладовщик _____

Шеф-повар _____

Павлова Н.М.

Составлено 14.07.25