

Утверждаю

Пятница Неделя 1	дата 07.03.2025г			
	Если		сад	
Прием пищи/Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность	Выход блюда	Энергетическая ценность
Каша молочная Сборная	150	149,1	200	200,5
Кофейный напиток с молоком	180	73,2	180	73,2
Хлеб пшеничный	20	46,9	30	70,3
Итого за Завтрак		269,2		344
Второй завтрак				
Фрукты свежие	200	88,8	200	88,8
Итого за Второй завтрак		88,8		88,8
Обед				
Салат из квашенной капусты с луком	40	39	60	54
Суп с бобовыми(фасоль) и гречками	170(150/20)	115,7	230(200/30)	177,6
Запеканка картофельная с мясом и томатно-сметанным соусом	180(160/20)	283,4	210(180/30)	339,5
Компот из сухофруктов	150	51,5	180	61,8
Хлеб ржаной	30	58,7	40	78,2
Итого за Обед		514,9		665,6
Полдник				
Батон с маслом и сыром	70(50/10/10)	232,8	70(50/10/10)	232,8
Чай с лимоном и сахаром	150	23,3	180	30,7
Итого за Полдник		256,1		263,5
Ужин				
Каша перловая	120	126,7	150	158,3
Котлеты рыбные	50	61,3	60	80,5
Соус красный основной	10	5,2	20	9,5
Сок фруктовый	180	77,9	200	86,6
Хлеб ржаной	40	78,2	50	97,8
Итого за Ужин		349,3		432,7
Итого за день		1511,7		1840,1