

29.04.25



| Приём пищи                     | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Энерг.<br>ценность,<br>ккал |
|--------------------------------|-------------------------------------------------|----------------|-----------------------------|
|                                | Земляника                                       |                |                             |
| <b>1 неделя День второй</b>    |                                                 |                |                             |
| <b>Завтрак 1</b>               | Масло сливочное                                 | 8              | 59,2                        |
|                                | Хлеб пшеничный                                  | 25             | 59,16                       |
|                                | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5          | 227,00                      |
|                                | Кофейный напиток с молоком                      | 150            | 99,00                       |
|                                |                                                 | <b>338</b>     | <b>444,36</b>               |
| <b>Завтрак 2</b>               | Кефир                                           | 150            | 79,5                        |
|                                |                                                 | <b>150</b>     | <b>79,5</b>                 |
|                                |                                                 |                |                             |
|                                | Суп картофельный со свининой                    | 150            | 127,5                       |
|                                | Котлета мясная                                  | 70             | 221,3                       |
|                                | Картофельное пюре                               | 110            | 129,3                       |
|                                | Напиток из сухофруктов                          | 150            | 64,95                       |
|                                | Хлеб ржаной                                     | 35             | 74,35                       |
|                                |                                                 | <b>515</b>     | <b>617,4</b>                |
| <b>Уплотнённый<br/>полдник</b> | Запеканка творожная с фруктовым соусом          | 100/20         | 250,87                      |
|                                | Чай с низким содержанием сахара                 | 150            | 31,57                       |
|                                | Хлеб пшеничный                                  | 25             | 59,16                       |
|                                |                                                 | <b>295</b>     | <b>341,6</b>                |
| <b>Итого за второй день:</b>   |                                                 | <b>1298</b>    | <b>1482,86</b>              |

С.М. Алексеева

29.04.25



| Приём пищи             | Наименование блюда                                | Выход<br>блюда | Энерг.<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------|---------------------------------------------------|----------------|-----------------------------|
|                        | 2 000                                             |                |                             |
| 1 неделя День второй   |                                                   |                |                             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное                                   | 10             | 74,00                       |
|                        | Хлеб пшеничный                                    | 30             | 71,00                       |
|                        | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5          | 276,3                       |
|                        | Кофейный напиток с молоком                        | 180            | 118,8                       |
|                        |                                                   |                |                             |
|                        |                                                   | 405            | 540,1                       |
| Завтрак 2              | Кефир                                             | 180            | 95,4                        |
|                        |                                                   | 180            | 95,4                        |
|                        | Суп картофельный со свиной                        | 200            | 153,00                      |
|                        | Котлета мясная                                    | 70             | 221,3                       |
|                        | Картофельное пюре                                 | 130            | 152,5                       |
|                        | Напиток из сухофруктов                            | 180            | 77,94                       |
|                        | Хлеб ржаной                                       | 45             | 95,6                        |
|                        |                                                   | 625            | 700,34                      |
| Уплотнённый<br>полдник | Запеканка творожная с фруктовым соусом            | 140/30         | 334,5                       |
|                        | Чай с низким содержанием сахара                   | 180            | 37,89                       |
|                        | Хлеб пшеничный                                    | 30             | 71,00                       |
|                        |                                                   | 380            | 443,39                      |
| Итого за второй день:  |                                                   | 1590           | 1779,23                     |

отм. все (на)