

1/04-25



Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность, ккал
2 неделя День второй			
Завтрак 1	Масло сливочное	10	74
	Хлеб пшеничный	30	71
	Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5	192,00
	Какао с молоком	180	154,8
		405	491,8
Завтрак 2	Кефир <i>жирный соевый</i>	180	95,4
		180	95,4
Обед	Борщ с картофелем и сметаной	200	114,22
	Макаронные изделия отварные	100	186,53
	Тефтели мясные с соусом	50/20	137,34
	Напиток из смеси сухофруктов	180	77,94
	Хлеб ржаной	50	95,6
		600	611,63
Уплотнённый полдник			
	Жаркое по-домашнему	200	349,50
	Огурцы соленые	50	6,00
	Чай с низким содержанием сахара	180	37,89
	Булочка домашняя	50	178,00
		480	571,39
Итого за второй день:		1665	1770,22

с/с



1104 - 252

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
2 неделя День второй			
Завтрак 1	Масло сливочное	8	59,2
	Хлеб пшеничный	25	59,16
	Каша манная молочная с маслом сливочным	150/5	160,00
	Какао с молоком	150	129,00
		338	407,36
Завтрак 2	Кефир <i>домашний коровий</i>	150	79,5
		150	79,5
Обед	Борщ с картофелем и сметаной	150	85,66
	Макаронные изделия отварные	100	186,53
	Тефтели мясные с соусом	50/20	137,34
	Напиток из смеси сухофруктов	150	64,95
	Хлеб ржаной	35	74,35
		505	548,83
Уплотнённый полдник			
	Жаркое по-домашнему	170	297,07
	Огурец солёный порционный	30	3,6
	Чай с низким содержанием сахара	150	31,57
	Булочка домашняя	50	178,00
		400	510,24
Итого за второй день:		1393	1545,93

и/с *[подпись]*