

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
	<i>З.О.И.</i>		
I неделя День третий			
Завтрак 1	Масло сливочное порционное	8	59,2
	Хлеб пшеничный	25	59,16
	Сыр порционный	8	28,8
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	110,78
	Какао с молоком	150	129,00
		341	386,94
Завтрак 2	Яблоко	100	44,00
		100	44,00
Обед	Щи с картофелем со сметаной	150	87,00
	Рис отварной	110	234,00
	Котлета <i>мясная</i>	70	117,00
	Напиток из изюма	150	56,65
	Хлеб ржаной	35	74,35
	Овощи свежие порционные	30	3,00
		545	599,00
Уплотнённый полдник			
	Рагу овощное со свининой	170	242,19
	Чай с низким содержанием сахара	150	31,57
	Булочка домашняя	50	178,00
		370	451,76
Итого за третий день:		1403	1481,7

ст. о.е.с. И.О.Д.

Губернатор



03.09.25

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
	<i>> Саг ></i>		
1 неделя День третий			
Завтрак 1	Масло сливочное порционное	10	74,00
	Хлеб пшеничный	30	71,00
	Суп молочный с макаронными изделиями	180	132,94
	Какао с молоком	180	154,8
	Сыр порционный	10	36,00
		410	468,74
Завтрак 2	Яблоко	100	44,00
		100	44,00
Обед	Щи с картофелем со сметаной	200	104,4
	Котлета <i>мясная</i>	70	117,00
	Рис отварной	130	213,00
	Овощи свежие порционные	50	7,00
	Напиток из изюма	180	67,98
	Хлеб ржаной	45	95,6
		675	580,25
Уплотнённый полдник	Рагу овощное со свининой	200	284,94
	Чай с низким содержанием сахара	180	37,89
	Булочка домашняя	50	178,00
		430	500,83
Итого за третий день:		1615	1586,82

ст. о.е.б. - П.о.о.