



08.09.25

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
	→ Ясень ←		
2 неделя День первый			
Завтрак 1	Масло сливочное	8	59,2
	Печенье	25	24,43
	Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным	150/5	227,00
	Чай с сахаром и молоком	150	74,16
		338	384,79
Завтрак 2	Сок	150	63,33
		150	63,33
Обед			
	Суп картофельный с горохом	150	93,11
	Плов со свининой	170	292,4
	Икра свекольная	30	13,92
	Компот из ягод с/м	150	73,91
	Хлеб ржаной	35	74,35
		535	547,69
Уплотнённый полдник	Омлет натуральный с зеленым горошком	130/15	232,67
	Сыр порционный	10	36,00
	Чай с низким содержанием сахара	150	31,57
	Хлеб пшеничный	25	59,16
		330	359,4
Итого за первый день:		1353	1355,21

с.т. 100/100

Губернатор

08.09.25



Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность ккал
2 неделя День первый			
Завтрак 1	Масло сливочное	10	74
	Печенье	25	24,43
	Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным	180/5	276,3
	Чай с сахаром и молоком	180	89,00
Завтрак 2	Сок	400	463,73
		180	76,00
Обед		180	76,00
	Суп картофельный с горохом	200	124,15
	Плов со свининой	170	292,4
	Икра свекольная	50	20,88
	Компот из ягод с/м	180	88,7
	Хлеб ржаной	45	95,6
Уплатнённый полдник		625	649,78
	Омлет натуральный с зеленым горошком	150/15	268,00
	Сыр порционный	10	36,00
	Чай с низким содержанием сахара	180	37,89
	Хлеб пшеничный	30	71,00
Итого за первый день:		365	412,89
		1570	1602,4

ст. с/с/с