

Зверева

10.09.25



Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. ценность, ккал
	<i>Ужин</i>		
2 неделя День третий			
Завтрак 1	Масло сливочное	8	59,2
	Хлеб пшеничный	25	59,16
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	150/5	220,0
	Чай с низким содержанием сахара	150	31,57
		338	369,93
Завтрак 2	Яблоко	100	44,00
		100	44,00
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	150	96,6
	<i>Блинные мясные</i>	<i>100</i>	
	<i>с соусом</i>	<i>50</i>	
	Напиток из изюма	150	56,65
	Хлеб ржаной	35	74,35
		505	537,3
Уплотнённый полдник	Пюре картофельное	100	117,54
	<i>Чай с лимоном</i>	<i>70</i>	<i>188,2</i>
	Чай с низким содержанием сахара	150	31,57
	Хлеб пшеничный	25	59,16
		335	396,47
Итого за третий день:		1288	1347,7

ст. м.с. Зверева

Губернатор

10.09.25



Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность, ккал
	<i>Сед</i>		
2 неделя День третий			
Завтрак 1	Масло сливочное	10	74,00
	Хлеб пшеничный	30	71,00
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180/5	263,00
	Чай с низким содержанием сахара	180	37,89
		405	445,89
Завтрак 2	Фрукт <i>Яблоко</i>	100	44,00
		100	44,00
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	200	128,8
	<i>Ежики мясные</i>	<i>120</i>	
	<i>с соусом</i>	<i>50</i>	
	Напиток из изюма	180	67,98
	Хлеб ржаной	45	95,6
		625	656,48
Уплотнённый полдник	Пюре картофельное	100	117,54
	<i>Котлета мясная</i>	<i>70</i>	<i>221,3</i>
	Чай с низким содержанием сахара	180	37,89
	Хлеб пшеничный	30	71,00
		380	447,73
Итого за третий день:		1510	1594,10

ст. с/с Глад