

На 2 июня 2025 год



Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сал/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	1\40	5,10	4,60	0,30	63,00
		1\40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Бутерброд с повидлом	20\15\5	2,62	3,42	29,35	159,27
		15\10\5	1,96	2,56	22,14	119,45
	Икра кабачковая пром.произ- ва	65	0,60	2,35	3,85	39,00
	Икра свекольная или моркованая	30	0,70	1,38	3,70	30,03
	Чай с сахаром	200\11	0,07	0,02	11,10	44,40
		150\10	0,06	0,02	9,99	40,00
	2 завтрак Плоды свежие или сок фруктовый	95	0,40	0,40	9,80	44,00
		95	0,40	0,40	9,80	44,00
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой (перловой)	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Биточки рубленые из птицы	70	12,49	2,57	6,18	98,00
		50	8,93	1,84	4,41	70,00
		130	4,76	3,65	22,85	143,40
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,03	3,09	19,33	121,30
		43	0,40	0,05	0,85	6,50
	Овощи натуральные соленные (томаты)	30	0,24	0,03	0,51	3,90
		180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,52	0,16	9,84	47,00
		33	2,44	0,44	15,91	74,74
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	12,90	60,60
		80	6,00	10,56	48,72	313,60
		60	4,50	7,92	36,54	235,20
ПОЛДНИК	Какао с молоком 2,5 % жирности(1 вариант)	200	3,67	3,19	15,82	107,00
		180	3,15	2,72	12,96	89,00
		1420,75	25,02	27,36	170,15	1263,34
	Всего за день	1183,25	20,25	22,00	131,84	1042,91