



На 7 апреля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сал/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
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	29,53	159,27
		15\10\5	1,96	2,56	22,14	119,45
	Икра кабачковая пром. произ- ва	51	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	96	0,40	0,40	9,80	44,00
		96	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
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,76	3,65	22,85	143,40
		110	4,03	3,09	19,33	121,30
	Овощи натуральные соленные (огурцы)	40	0,40	0,05	0,85	6,50
		30	0,24	0,03	0,51	3,90
	Компот из свежих плодов	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
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,44	0,44	15,91	74,74
		30	1,98	0,36	12,90	60,60
ПОЛДНИК	Булочка "Домашняя"	80	6,00	10,56	48,72	313,60
		60	4,50	7,92	36,54	235,20
	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
	Всего за день	1420,75	25,02	27,36	170,15	1028,14
		1184,25	20,25	22,10	131,84	807,71