

На 21 июля 2025 год

Примечание	Наименование блюда	Выход Сал./Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
ЗАВТРАК	Ябло вареное	140	5,10	4,60	0,30	63,00
		140	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	60	0,60	2,35	3,85	39,00
		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
ОУЛД	Суп крестьянский с крупой (перловой)	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Биточки рубленные 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 свежие (смузи)	45	0,40	0,05	0,85	6,50
		30	0,24	0,03	0,51	3,90
	Компот из свежих плодов (яблоки)	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	41	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	1263,34
		1183,25	20,25	22,10	131,84	1042,91