Утверждаю:

Заведующий _____ Удовенко О.С.

| Прием пищи | Выход блюд | Пищевые вещества | | | ская ценность | | ическаяк арта | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | | | |
| 07.10.2025г. | | | | | | | | |
| Второй день | | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК 1:** | | | | | | | | |
| Каша пшенная молочная | 150 | 5,31 | 5,36 | 23,49 | 163,91 | | 417 | 417 |
| Батон с маслом | 25/5 | 2,3 | 9,12 | 15,5 | 153,4 | | 1 | 1 |
| Какао с молоком | 180 | 2,09 | 2,19 | 14,94 | 88,43 | | 20 | |
| ***ИТОГО:*** | ***362,00*** | ***9,70*** | ***16,67*** | ***53,93*** | ***405,74*** | | | |
| **ЗАВТРАК 2:** | | | | | | | | |
| Кисломолочный продукт (2,5%) | 150 | 6 | 4,8 | 6,3 | 100,5 | | 21 | 35 |
| **ИТОГО:** | **512,00** | **15,70** | **21,47** | **60,23** | **506,24** | | | |
| **ОБЕД:** | | | | | | | | |
| Рассольник с говядиной и сметаной | 180 | 1,89 | 2,52 | 15,46 | 93,28 | | 34 | 73 |
| Плов из отварной говядины | 200 | 12,3 | 16,3 | 34,68 | 334,7 | | 59 | |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0 | 0 | 9,23 | 36,91 | | 442 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный, пшеничный | 50 | 2,25 | 0,9 | 15,2 | 77,4 | | 87 | |
| ***ИТОГО:*** | ***580*** | ***16,44*** | ***19,69*** | ***88,58*** | ***542,32*** | | | |
| **ПОЛДНИК+УЖИН:** | | | | | | | | |
| Картофель отварной/капуста тушёная/солёный огурец | 150 | 2,16 | 6,89 | 11,43 | 122,35 | | 343 | |
| Сладкий чай | 150 | 0,06 | 0 | 9,81 | 39,42 | | 392 | 392 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,25 | 0,9 | 15,2 | 77,4 | | 87 | |
| Печенье | 30 | 0,84 | 0,99 | 23,19 | 106,7 | | 93 | |
| ***ИТОГО:*** | ***449,5*** | ***5,31*** | ***8,75*** | ***59,58*** | ***345,9*** | | | |
| ***ИТОГО ЗА ДЕНЬ:*** | ***1541,50*** | ***37,45*** | ***49,91*** | ***208,39*** | ***1394,46*** | | | |