

27.06.2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	Суп молочный с макаронными изделиями молоко питьевое пастеризованное 2,5% 1кг, пшеница (б), перемолотая в/с, масло сливочное крестьянское 72,5% фольга 0,2кг, сахар-песок, соль водированная	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-19
180	Чай с лимоном сахар-песок, лимоны, чай черный	Калорийность-41, Углеводы-10
30/5/10	Батон с маслом сливочным с сыром батон водированный, сыр полутвердый "русский" с м.д.ж. 50%, масло сливочное крестьянское 72,5% фольга 0,2кг	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15
Итого за Завтрак		Калорийность-325, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-44
Завтрак 2		
150	Яблоки	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1
Итого за Завтрак 2		Калорийность-66, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1
Обед		
180	Суп картофельный с бобовыми картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное 0,92/1л, зелень, соль водированная	Калорийность-97, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-12
80	Фрикадельки из птицы цыпленок бройлер бескостный охлажденный, молоко питьевое пастеризованное 2,5% 1кг, пшеница (б), хлеб пшеничный, соль водированная	Калорийность-178, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-13
130	Каша гречневая крупа гречневая, соль водированная, масло сливочное крестьянское 72,5% фольга 0,2кг	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-33
30	Соус сметанный (подливка) сметана 15% стакан н/н 0,2кг (б), мука пшеничная в/с обогащенная, соль водированная	Калорийность-22, Жиры-2, Углеводы-2
180	Компот из смеси сухофрукты, сахар-песок	Калорийность-102, Углеводы-25
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10
50	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17
Итого за Обед		Калорийность-769, Белки-30, Жиры-19, Углеводы-112
Полдник		
100	Сырники из творога творог 5%, крупа манная, мука пшеничная в/с обогащенная, сахар-песок, яйцо куриное пищевое столовое 1 категория, масло подсолнечное 0,92/1л, ванилин *, соль водированная	Калорийность-234, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-11
25	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
200	Молоко кипяченое	Калорийность-113, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-11
Итого за Полдник		Калорийность-427, Белки-27, Жиры-20, Углеводы-36
Ужин (17:30)		
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10
180	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный	Калорийность-40, Углеводы-10
Итого за Ужин (17:30)		Калорийность-89, Белки-2, Углеводы-20
Итого за день		Калорийность-1 676, Белки-71, Жиры-52, Углеводы-213

Кладовщик Белова Н.Ю.

27.06.2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
170	Суп молочный с макаронными изделиями * молоко питьевое пастеризованное 2,5% 1кг, пшеница (б), перемолотая в/с, масло сливочное крестьянское 72,5% 0,2кг, сахар-песок, соль водированная	Калорийность-123, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-16
150	Чай с лимоном * сахар-песок, лимоны, чай черный	Калорийность-29, Углеводы-7
30/5/7	Батон с маслом сливочным с сыром * батон водированный, сыр полутвердый "русский" с м.д.ж. 50%, масло сливочное крестьянское 72,5% фольга 0,2кг	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-14
Итого за Завтрак		Калорийность-282, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-37
Завтрак 2		
150	Яблоки	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1
Итого за Завтрак 2		Калорийность-66, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1
Обед		
10	Хлеб пшеничный	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-13
150	Суп картофельный с картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное 0,92/1л, зелень, соль водированная	Калорийность-81, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10
60	Фрикадельки из птицы * цыпленок бройлер бескостный охлажденный, молоко питьевое пастеризованное 2,5% 1кг, пшеница (б), хлеб	Калорийность-157, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-10
110	Каша гречневая крупа гречневая, соль водированная, масло сливочное крестьянское 72,5% фольга 0,2кг	Калорийность-176, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-28
15	Соус сметанный (подливка) * сметана 15% стакан н/н 0,2кг (б), мука пшеничная в/с обогащенная, соль водированная	Калорийность-11, Жиры-1, Углеводы-1
150	Компот из смеси сухофрукты, сахар-песок	Калорийность-85, Углеводы-21
Итого за Обед		Калорийность-624, Белки-24, Жиры-13, Углеводы-88
Полдник		
50	Сырники из творога * творог 5%, крупа манная, сахар-песок, мука пшеничная в/с обогащенная, яйцо куриное пищевое столовое 1 категория, масло подсолнечное 0,92/1л, ванилин *, соль водированная, ванилин *	Калорийность-117, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-6
15	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности *	Калорийность-48, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-8
170	Молоко кипяченое *	Калорийность-96, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9
Итого за Полдник		Калорийность-261, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-23
Ужин (17:30)		
10	Хлеб пшеничный	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5
150	Чай с сахаром * сахар-песок, чай черный	Калорийность-28, Углеводы-7
Итого за Ужин (17:30)		Калорийность-52, Белки-1, Углеводы-12
Итого за день		Калорийность-1 285, Белки-50, Жиры-36, Углеводы-161

Кладовщик Белова Н.Ю.