

Наименование блюда	Выход одного блюда, г.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
			Белки	Жиры	Углеводы
3 день/понедельник/30.10.2023					
Завтрак					
Каша "Дружба" вязкая молочная с маслом сливочным, 150/5	155	202	5	7	30
Напиток витаминный	200	78	0	0	19
Батон	20	50	1	0	10
Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт	40	144	2	2	29
Обед					
Овощи свежие (огурцы, помидоры) порционно, 30/30	60	10	1	0	2
Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	200	88	1	4	8
Плов из филе цыплят, 50/150	200	333	15	11	40
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	54	1	0	14
Батон	30	75	2	1	14
Перемяч печеный с фаршем из говядины	80	166	8	6	21
ИТОГО		1200	36	32	188
4 день/вторник/31.10.2023					
Завтрак					
Каша овсяная вязкая молочная с маслом сливочным, 150/5	155	207	6	6	26
Чай полусладкий, 200/10	210	40	0	0	10
Батон	25	62	2	1	12
Печенье формовое, 2 шт	30	141	2	5	21
Обед					
Суп картофельный с горохом	200	114	4	4	18
Гуляш из говядины, 50/50	100	191	15	11	3
Каша гречневая вязкая	150	158	5	6	22
Нектар в ассортименте	200	132	1	0	34
Хлеб Сельский	30	65	2	0	15
Рогалик с вареной сгущенкой	75	289	7	7	44
ИТОГО		1399	43	39	205
5 день/среда/01.11.2023					
Завтрак					
Манник домашний с повидлом, яйцо отварное 110/15/48/1 шт	173	291	13	17	67
Чай с сахаром, 200/15	215	57	0	0	15
Батон	27	68	2	1	13
Обед					
Суп Куллама по-деревенски	200	82	2	2	14
Филе куриное Неженка	100	288	20	14	3
Картофельное пюре	150	146	3	5	18
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	59	0	0	15
Хлеб Сельский	30	65	2	0	15
Булочка Ванильная	50	159	4	4	27
ИТОГО		1215	46	44	188