

05.10.2022

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                                       | Выход, г  | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 129,17 | Суп картофельный с горохом и гренками, с мясом птицы (филе) | 250\20\30 | 33,40 | 376          | 21    | 16   | 37       |
|            | гор.напиток | 288,02 | Какао с молоком                                             | 200       | 10,96 | 111          | 4     | 4    | 15       |
|            | хлеб        | 1,1    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания  | 30        | 1,65  | 78           | 2     | 0    | 17       |
|            |             | 27,01  | Сыр (порциями)                                              | 10        | 13,20 | 35           | 3     | 3    | 0        |
|            |             | 401    | Масло сливочное                                             | 10        | 8,00  | 66           | 0     | 7    | 0        |
|            |             |        |                                                             |           |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                                             |           |       |              |       |      |          |
| Обед       | 1 блюдо     | 53,05  | Щи из свежей капусты со сметаной                            | 250\10    | 12,00 | 97           | 2     | 6    | 9        |
|            | 2 блюдо     | 96,2   | Гуляш                                                       | 50\50     | 36,85 | 226          | 15    | 17   | 4        |
|            | гарнир      | 211,06 | Макаронные изделия отварные с маслом                        | 180\10    | 14,00 | 246          | 7     | 4    | 44       |
|            | гор.напиток | 305,11 | Витаминизированный кисель                                   | 200       | 8,00  | 95           | 0     | 0    | 24       |
|            | хлеб бел.   | 1,1    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания  | 30        | 1,65  | 78           | 2     | 0    | 17       |
|            | хлеб черн.  | 1,2    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                   | 30        | 1,65  | 66           | 2     | 0    | 14       |
|            |             |        |                                                             |           |       |              |       |      |          |

05.10.2022

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                                       | Выход, г  | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 129,16 | Суп картофельный с горохом и гренками, с мясом птицы (филе) | 250\20\20 | 25,95 | 326          | 17    | 12   | 37       |
|            | гор.напиток | 288,02 | Какао с молоком                                             | 200       | 10,96 | 111          | 4     | 4    | 15       |
|            | хлеб        | 1,1    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания  | 30        | 1,65  | 78           | 2     | 0    | 17       |
|            |             | 27,01  | Сыр (порциями)                                              | 10        | 13,20 | 35           | 3     | 3    | 0        |
|            |             | 401    | Масло сливочное                                             | 10        | 8,00  | 66           | 0     | 7    | 0        |
|            |             |        |                                                             |           |       |              |       |      |          |
| Обед       | 1 блюдо     | 53,42  | Щи из свежей капусты со сметаной                            | 200\10    | 9,70  | 81           | 2     | 5    | 7        |
|            | 2 блюдо     | 96,19  | Гуляш                                                       | 45\45     | 29,50 | 203          | 14    | 15   | 3        |
|            | гарнир      | 211,05 | Макаронные изделия отварные с маслом                        | 150\5     | 11,40 | 211          | 6     | 4    | 37       |
|            | гор.напиток | 305,11 | Витаминизированный кисель                                   | 200       | 8,00  | 95           | 0     | 0    | 24       |
|            | хлеб бел.   | 1,1    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания  | 30        | 1,65  | 78           | 2     | 0    | 17       |
|            | хлеб черн.  | 1,2    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                   | 30        | 1,65  | 66           | 2     | 0    | 14       |
|            |             |        |                                                             |           |       |              |       |      |          |