

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	10.12.25
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

Завтрак

2	5	10	92	20/3/6	Бутерброд с маслом и сыром	-
6	9	21	189	200	Каша манная молочная	-
4	3	17	105	150	Какао на молоке	-
12	17	48	387			-

Второй завтрак

1	-	23	92	100	Яблоки свежие	-
1	-	23	92			-

Обед

1	3	1	29	40	Салат из свежих овощей	-
2	2	14	82	150	Суп с клецками	-
9	12	7	177	70	Котлеты из мяса кур с молочным соусом	-
3	5	20	128	150	Картофельное пюре	-
-	2	2	31	30	Соус сметанный с томатом	-
1	-	20	76	150	Компот из кураги	-
5	1	37	178	20/15	Хлеб пшеничный, ржаной	-
20	25	101	702			-

Уплотненный полдник

1	-	9	45	20	Хлеб пшеничный	-
15	10	17	216	120	Творожная запеканка с изюмом	-
-	-	13	48	180	Чай с сахаром	-
1	1	8	50	15	Молоко сгущенное	-
-	-	-	-	0,003	Соль йодированная	-
18	12	47	359			-
50	54	219	1 540			-

Руководитель

Седых Е.Н.

Калькулятор

Исаева И.В.



Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	10.12.25
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

Завтрак

3	6	15	128	30/3/10	Бутерброд с маслом и сыром	-
6	9	22	204	250	Каша манная молочная	-
4	4	20	127	180	Какао на молоке	-
14	20	57	458			-

Второй завтрак

1	-	23	92	100	Яблоки свежие	-
1	-	23	92			-

Обед

1	3	1	37	50	Салат из свежих овощей	-
3	4	22	138	250	Суп с клёцками	-
10	14	9	202	80	Котлеты из мяса кур с молочным соусом	-
3	6	23	148	170	Картофельное пюре	-
-	3	3	40	40	Соус сметанный с томатом	-
1	-	20	76	150	Компот из кураги	-
6	1	46	220	25/20	Хлеб пшеничный, ржаной	-
24	32	123	861			-

Уплотненный полдник

2	-	14	68	30	Хлеб пшеничный	-
19	13	21	269	150	Творожная запеканка с изюмом	-
-	-	14	53	200	Чай с сахаром	-
1	2	11	67	20	Молоко сгущенное	-
-	-	-	-	0,005	Соль йодированная	-
22	15	60	457			-
61	66	263	1 868			-

Руководитель

Седых Е.Н.

Калькулятор

Исаева И.В.

