

	05.05.2025	ЯСЛИ 12 часов		САД 12 часов	
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
завтрак	Каша пшеничная вязкая	165	160.19	180	192.58
	Кофейный напиток с мол. сгущ.	170	95.29	200	118.56
	Сушка	115	37.40	20	66.20
Итого завтрак		350	292.88	400	377.34
2 завтрак	Сок яблочный	160	68.80	200	86
обед	Суп картофельный с бобовыми	150	145.04	180	174.40
	Тефтели рыбные(треска)	50	75.01	70	100.87
	Рис отварной	110	136.89	130	156.07
	Салат из белокочанной капусты с морковью	30	28.87	50	45.28
	Компот из чернослива	150	60.47	180	71.79
	Хлеб пшеничный	10	23.68	20	47.36
	Хлеб Дарницкий	15	30.0	25	50
Итого обед		515	499.96	655	645.77
полдник	Молоко	170	91.80	200	108.0
	Сдоба обыкновенная	40	137.63	50	167.87
Итого полдник		210	229.43	250	275.87
ужин	Запеканка картофельная с мясом	130	236.95	160	288.34
	Соус сметанный	40	22.47	40	26.08
	Чай с молоком или сливками	180	52.11	200	55.98
	Хлеб пшеничный	30	35.52	30	47.36
	Хлеб Дарницкий	20	20.0	20	20.0
Итого ужин		400	367.05	450	457.76
Итого за день			1458.12		1842.74