

	07.05.2025	ЯСЛИ 12 часов		САД 12 часов	
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
завтрак	Каша гречневая вязкая	160	150.31	180	165.75
	Чай с лимоном	160	29.68	200	34.23
	Бутерброд с сыром	30	103.54	35	124.82
Итого завтрак		350	283.53	415	324.80
2 завтрак	Сок фруктовый	160	70.62	180	79.44
обед	Щи из свежей капусты	150	123.29	180	149.58
	Макаронные изд. отварные	110	122.71	130	159.47
	Котлеты рубленные из птицы	50	172.23	70	236.86
	Салат витаминный	50	38.50	50	38.50
	Компот из сушеных фруктов	150	23.22	150	23.22
	Хлеб дарницкий	15	30.0	25	50
Итого обед		525	509.95	605	657.63
полдник	Ацидофиллин	160	62.08	200	77.6
	Кекс творожный	40	154.67	50	202.04
Итого полдник		200	216.75	250	279.64
ужин	Суфле из рыбы	60	126.56	80	148.88
	Маринад овощной с томатом	110	78.68	130	70.39
	Напиток из плодов шиповника	150	68.41	180	82.10
	Хлеб дарницкий	20	40.0	30	61.19
	Хлеб пшеничный	20	47.36	40	94.73
Итого ужин		360	361.01	460	457.29
Итого за день			1 441.86		1 798.80