


 И.о. заведующей
 Махаева Ю

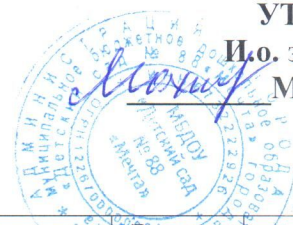
Вторник 2 (I) 13.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая из смеси круп (ячка, пшеничка)	150	5,92	9,65	43,63	177,26	0,65	18.
	Яйцо	1	4,9	4,5	0,3	61,3	0	93
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,55	4,29	9,88	84,4	0	65
	Какао с молоком	180	2,5	2,70	8,7	69,5	0,4	34
Второй завтрак:	Фрукты	95	0,4	0,4	9,3	44,7	10,1	68/2
	Салат из белокач.капусты с ябл(до 01.03.тек. года)	35	0,63	3,08	2,9	46,12	11	9
	Рассольник "Ленинградский"	200	2,83	3,73	18,38	119,35	7,42	27
	Запеканка картофельная с мясом	180	16,55	18,3	24,74	330,05	16,08	58
	Компот из сушеных фруктов	150	0	0	4,9	19,4	0	39
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,44	18,2	83,2	0	77
	Кефир	150	4,93	5,44	6,8	100,3	1,19	38
Юлдник:	Зефир	25	0,2	0,03	19,95	81,25	0	125
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,9	15,2	78,9	0	78
	Салат из моркови (до 01.03.тек.г)	35	0,42	0,03	5,21	23,17	1,12	3
Ужин:	Зразы рыбные с яйцом	70	15,5	4,8	8,9	141,4	2,1	96
	Соус сметанно-молочный	20	0,7	1,8	1,6	29	0	103
	Макарон.изделия отварные с маслом	130	4,43	4,65	38,24	172,6	0	41
	Чай с сахаром	150	0,1	0	6	24,6	0,1	33
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,6	10,1	52,6	0	78/1
Всего день:			67,62	65,34	252,93	1739,1	50,16	

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего

Махаева Ю.Р.



Вторник 2 (I) 13.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая из смеси круп (ячка, пшеничка)	200	5,55	6,04	35,35	175,92	0,65	18.янв
	Яйцо	1	4,9	4,5	0,3	61,3	0	93
	Хлеб пшеничный с маслом	30 / 5	2,28	4,34	14,76	116,3	0	65
	Какао с молоком	200	3,8	3,3	12,93	87,87	0,5	34
Второй завтрак:	Фрукты	100	0,4	0,3	9,8	47	10,6	68/2
Обед:	Салат из белокачанной капусты с яблоком (до 01.03. текущего года)	50	0,84	3,09	3,46	49,46	14,78	9
	Рассольник "Ленинградский"	250	3,49	5,11	22,7	151,52	7,87	27
	Запеканка картофельная с мясом	200	17,45	19,9	27,08	357,68	17,52	58
	Компот из сушеных фруктов	200	0	0	5,8	23,2	0	39
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	104	1,3	77
	Салат из моркови (до 01.03.текущего года)	50	1	1,1	5,2	35,3	3,8	3
Полдник:	Зефир	25	0,4	0,06	39,9	162,5	0	125
	Кефир	200	5,8	6,4	8	118	1,4	38
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Ужин:	Зразы рыбные с яйцом	70	16,3	4,8	13,3	162,3	0,7	96
	Соус сметанно-молочный	20	0,8	1,8	2,3	32,3	0	103
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,3	4,7	34,2	200	0	41
	Чай с сахаром	180	0,1	0	8,2	33,1	0,3	33
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Всего день:			75,77	66,47	297,5	2075,55	59,42	