

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего

Махаева Ю.Р.

Пятница 5 (I) 16.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая пшеничная	200	6,69	10,94	48,25	146,6	2,01	14
	Хлеб пшеничный с маслом	30 / 5	2,28	4,34	14,76	116,3	0	65
	Кофейный напиток с молоком	180	3	3,1	11,5	86,3	0,5	35
Второй завтрак:	Фрукты	100	0,4	0,3	9,8	47	10,6	68/2
Обед:	Салат из соленых огурцов с луком	50	0,8	3	2,7	42,4	2,2	7
	Борщ с картофелем и фасолью	250	3,91	1,99	17,88	103,77	11,23	28
	Фрикадельки из свинины в соусе	70	10,58	20,1	9,19	238	1,17	117/1
	Рагу из овощей	150	3,5	4,4	18,6	129	21,5	51
	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
Полдник:	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:	Яйцо	1	4,9	4,5	0,3	61,3	0	93
	Оладьи из печени	80	21,78	9,76	12,81	243,1	7,37	124
	Соус сметанный	50	1	1,9	3,6	68,2	0	55
	Картофель отварной	150	2,9	4,6	23,7	147,9	12,4	112
	Чай с лимоном	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	76,36	249,31	1865,97	71,98	



Пятница 5 (I) 16.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая пшеничная	200	6,69	10,94	48,25	146,6	2,01	14
	Хлеб пшеничный с маслом	30 / 5	2,28	4,34	14,76	116,3	0	65
	Кофейный напиток с молоком	180	3	3,1	11,5	86,3	0,5	35
Второй завтрак:	Фрукты	100	0,4	0,3	9,8	47	10,6	68/2
Обед:	Салат из соленых огурцов с луком	50	0,8	3	2,7	42,4	2,2	7
	Борщ с картофелем и фасолью	250	3,91	1,99	17,88	103,77	11,23	28
	Фрикадельки из свинины в соусе	70	10,58	20,1	9,19	238	1,17	117/1
	Рагу из овощей	150	3,5	4,4	18,6	129	21,5	51
	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
	Кефир	200	5,8	6,4	8	118	1,4	38
Полдник:	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Ужин:	Яйцо	1	4,9	4,5	0,3	61,3	0	93
	Оладьи из печени	80	21,78	9,76	12,81	243,1	7,37	124
	Соус сметанный	50	1	1,9	3,6	68,2	0	55
	Картофель отварной	150	2,9	4,6	23,7	147,9	12,4	112
	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	76,36	249,31	1865,97	71,98	