

Чайковский 3-7, 2пт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

Завт. 3-7

180	Каша пшеничная молочная жидкая	кКал-210.38, Бел-6.55, Жир-6.53, Угл-51.36, С-1.14
10	Масло сливочное (порциями)	кКал-132.2, Бел-0.16, Жир-14.5, Угл-0.26
180	Какао с молоком	кКал-84.6, Бел-2.97, Жир-2.61, Угл-12.42, С-0.63
30	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

Итого за Завт. 3-7 кКал-544.18, Бел-13.48, Жир-24.04, Угл-68.64, С-1.77

2 Завт.3-7

100	Сок фруктовый	кКал-43, Бел-0.5, Жир-0.1, Угл-10.1, С-2
-----	----------------------	--

Итого за 2 Завт.3-7 кКал-43, Бел-0.5, Жир-0.1, Угл-10.1, С-2

Обед 3-7

180	Суп картофельный с бобовыми	кКал-83.34, Бел-4.54, Жир-2.57, Угл-10.51, С-3.42
130	Каша гречневая вязкая	кКал-148.01, Бел-5.66, Жир-4.87, Угл-20.42, С-0.38
70	Оладьи из печени по-кунецовски	кКал-121.1, Бел-11.9, Жир-3.71, Угл-9.8, С-4.69
20	Соус томатный м/р	кКал-519, Бел-9.5, Жир-32.8, Угл-46, С-11
180	Компот из смеси сухофруктов	кКал-75.6, Бел-0.54, Жир-0.09, Угл-18.09, С-0.18
40	Хлеб ржаной	кКал-82.4, Бел-3.2, Жир-0.6, Угл-16.04

Итого за Обед 3-7 кКал-1 029.45, Бел-35.34, Жир-44.64, Угл-120.86, С-19.67

Полд.3-7

70	Булочка домашняя	кКал-132.3, Бел-2.94, Жир-4.69, Угл-19.46
180	Чай с сахаром	кКал-34.2, Бел-0.18, Жир-0.09, Угл-8.37

Итого за Полд.3-7 кКал-166.5, Бел-3.12, Жир-4.78, Угл-27.83

Ужин 3-7

180	Запеканка из творога	кКал-349.2, Бел-28.62, Жир-13.86, Угл-27
45	Соус молочный сладкий	кКал-1 269, Бел-36, Жир-72.3, Угл-118.5, С-3.6
200	Чай с сахаром	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3
25	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

Итого за Ужин 3-7 кКал-1 773.2, Бел-68.62, Жир-86.66, Угл-179.4, С-3.6

Итого за день кКал-3 556.33, Бел-121.06, Жир-160.22, Угл-406.83, С-27.04

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано



А.Я. Мансурова

Чайковский 1-3, 2пт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

Зав 1-3

150	Каша пшенная молочная жидкая	кКал-175.32, Бел-5.46, Жир-5.44, Угл-26.14, С-0.95
5	Масло сливочное (порциями)	кКал-33.05, Бел-0.04, Жир-3.63, Угл-0.07
25	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6
180	Какао с молоком	кКал-84.6, Бел-2.97, Жир-2.61, Угл-12.42, С-0.63

Итого за Зав 1-3 кКал-409.97, Бел-12.27, Жир-12.08, Угл-63.23, С-1.58

2 Зав 1-3

100	Сок фруктовый	кКал-43, Бел-0.5, Жир-0.1, Угл-10.1, С-2
-----	----------------------	--

Итого за 2 Зав 1-3 кКал-43, Бел-0.5, Жир-0.1, Угл-10.1, С-2

Обед 1-3

150	Суп картофельный с бобовыми	кКал-69.45, Бел-3.78, Жир-2.15, Угл-8.76, С-2.85
110	Каша гречневая вязкая	кКал-125.24, Бел-4.79, Жир-4.12, Угл-17.28, С-0.32
50	Оладьи из печени по-кунецовски	кКал-86.5, Бел-8.5, Жир-2.65, Угл-7, С-3.35
20	Соус томатный	кКал-346, Бел-6.33, Жир-21.87, Угл-30.67, С-7.33
150	Компот из смеси сухофруктов	кКал-92, Бел-0.56, Угл-23.47
30	Хлеб ржаной	кКал-103, Бел-4, Жир-0.75, Угл-20.05

Итого за Обед 1-3 кКал-822.19, Бел-27.96, Жир-31.54, Угл-107.23, С-13.85

Полд. 1-3

50	Булочка домашняя	кКал-157.5, Бел-3.5, Жир-5.58, Угл-23.17
150	Чай с сахаром	кКал-28.5, Бел-0.15, Жир-0.08, Угл-6.98

Итого за Полд. 1-3 кКал-186, Бел-3.65, Жир-5.66, Угл-30.15

Ужин 1-3

160	Запеканка из творога	кКал-310.4, Бел-25.44, Жир-12.32, Угл-24
40	Соус молочный сладкий	кКал-1128, Бел-32, Жир-64.27, Угл-105.33, С-3.2
180	Чай с сахаром	кКал-34.2, Бел-0.18, Жир-0.09, Угл-8.37
25	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

Итого за Ужин 1-3 кКал-1589.6, Бел-61.42, Жир-77.08, Угл-162.3, С-3.2

Итого за день кКал-3050.76, Бел-105.8, Жир-126.46, Угл-373.01, С-20.63

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано



А.Я. Мансурова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923265

Владелец Завалина Елена Павловна

Действителен с 29.01.2024 по 28.01.2025