

**Чайковский 3-7, 1ср**

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

**Завт. 3-7**

|     |   |  |
|-----|---|--|
| 180 | <b>Суп молочный с макаронными изделиями</b> | кКал-144.18, Бел-5.18, Жир-5.83, Угл-17.73, С-0.81 |
| 10  | <b>Масло сливочное</b>                      | кКал-66, Бел-0.08, Жир-7.27, Угл-0.13              |
| 30  | <b>Хлеб пшеничный</b>                       | кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6               |
| 180 | <b>Чай с сахаром</b>                        | кКал-34.2, Бел-0.18, Жир-0.09, Угл-8.37            |

**Итого за Завт. 3-7** кКал-361.38, Бел-9.24, Жир-13.59, Угл-50.83, С-0.81

**2 Завт.3-7**

|     |                      |  |
|-----|----------------------|--|
| 100 | <b>Сок фруктовый</b> | 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 | <b>Рассольник ленинградский</b>       | кКал-164.52, Бел-10.49, Жир-10.85, Угл-6.25, С-3.64 |
| 130 | <b>Каша рисовая вязкая</b>            | кКал-112.88, Бел-1.97, Жир-2.57, Угл-20.46          |
| 70  | <b>Запеканка из печени</b>            | кКал-193, Бел-19.5, Жир-9.4, Угл-7.6, С-4           |
| 180 | <b>Компот из свежих плодов и ягод</b> | кКал-41.4, Бел-0.09, Жир-0.09, Угл-9.99, С-0.54     |
| 50  | <b>Хлеб ржаной</b>                    | кКал-103, Бел-4, Жир-0.75, Угл-20.05                |

**Итого за Обед 3-7** кКал-614.8, Бел-36.05, Жир-23.66, Угл-64.35, С-8.18

**Полд.3-7**

|     |               |  |
|-----|---------------|--|
| 200 | <b>Снежок</b> | кКал-83, Бел-2.6, Жир-3.2, Угл-11        |
| 50  | <b>Батон</b>  | кКал-130.5, Бел-3.75, Жир-1.45, Угл-25.7 |

**Итого за Полд.3-7** кКал-213.5, Бел-6.35, Жир-4.65, Угл-36.7

**Ужин 3-7**

|     |                              |  |
|-----|------------------------------|--|
| 200 | <b>Рагу из овощей и мяса</b> | кКал-231.2, Бел-13.6, Жир-13.6, Угл-13.6, С-5.76 |
| 200 | <b>Чай с сахаром</b>         | кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3               |
| 30  | <b>Хлеб пшеничный</b>        | кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6             |

**Итого за Ужин 3-7** кКал-386.2, Бел-17.6, Жир-14.1, Угл-47.5, С-

**Итого за день** кКал-1 618.88, Бел-69.74, Жир-56.1, Угл-209.48, С-16.75

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано



*Handwritten signature of A.Ya. Mansurova*

**Чайковский 1-3, 1ср**

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

**Зав 1-3**

|     |   |  |
|-----|---|--|
| 150 | <b>Суп молочный с макаронными изделиями</b> | кКал-120.15, Бел-4.32, Жир-4.86, Угл-14.78, С-0.68 |
| 180 | <b>Чай с сахаром</b>                        | кКал-34.2, Бел-0.18, Жир-0.09, Угл-8.37            |
| 25  | <b>Хлеб пшеничный</b>                       | кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6               |
| 5   | <b>Масло сливочное (порциями)</b>           | кКал-33.05, Бел-0.04, Жир-3.63, Угл-0.07           |

**Итого за Зав 1-3** кКал-304.4, Бел-8.34, Жир-8.98, Угл-47.82, С-2  
**2 Зав 1-3**

|     |                      |  |
|-----|----------------------|--|
| 100 | <b>Сок фруктовый</b> | 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 | <b>Рассольник ленинградский</b>       | кКал-137.1, Бел-8.74, Жир-9.05, Угл-5.21, С-3.03 |
| 110 | <b>Каша рисовая вязкая</b>            | кКал-95.51, Бел-1.66, Жир-2.18, Угл-17.31        |
| 50  | <b>Запеканка из печени</b>            | кКал-193, Бел-19.5, Жир-9.4, Угл-7.6, С-4        |
| 150 | <b>Компот из свежих плодов и ягод</b> | кКал-34.5, Бел-0.08, Жир-0.08, Угл-8.33, С-0.45  |
| 40  | <b>Хлеб ржаной</b>                    | кКал-137.33, Бел-5.33, Жир-1, Угл-26.73          |

**Итого за Обед 1-3** кКал-597.44, Бел-35.31, Жир-21.71, Угл-65.18, С-7.48

**Полд. 1-3**

|     |               |  |
|-----|---------------|--|
| 150 | <b>Снежок</b> | кКал-124.5, Бел-3.9, Жир-4.8, Угл-16.5   |
| 50  | <b>Батон</b>  | кКал-130.5, Бел-3.75, Жир-1.45, Угл-25.7 |

**Итого за Полд. 1-3** кКал-255, Бел-7.65, Жир-6.25, Угл-42.2

**Ужин 1-3**

|     |                              |  |
|-----|------------------------------|--|
| 180 | <b>Рагу из овощей и мяса</b> | кКал-208.08, Бел-12.24, Жир-12.24, Угл-12.24, С-5.18 |
| 180 | <b>Чай с сахаром</b>         | кКал-34.2, Бел-0.18, Жир-0.09, Угл-8.37              |
| 25  | <b>Хлеб пшеничный</b>        | кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6                 |

**Итого за Ужин 1-3** кКал-359.28, Бел-16.22, Жир-12.73, Угл-45.21, С-5.18

**Итого за день** кКал-1 559.12, Бел-68.02, Жир-49.77, Угл-210.51, С-15.34

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано



*(Handwritten signature)*

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923265

Владелец Завалина Елена Павловна

Действителен с 29.01.2024 по 28.01.2025