

**Чайковский 3-7, 1шт**

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

**Завт. 3-7**

180	<i>Каша пшеничная молочная жидкая</i>	кКал-210.38, Бел-6.55, Жир-6.53, Угл-51.36, С-1.14
10	<i>Масло сливочное (порциями)</i>	кКал-132.2, Бел-0.16, Жир-14.5, Угл-0.26
180	<i>Какао с молоком</i>	кКал-84.6, Бел-2.97, Жир-2.61, Угл-12.42, С-0.63
25	<i>Хлеб пшеничный</i>	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**

150	<i>Напиток из ягод замороженных</i>	кКал-33, Бел-0.15, Жир-0.08, С-12.38
-----	-------------------------------------	--------------------------------------

**Итого за 2 Завт.3-7** кКал-33, Бел-0.15, Жир-0.08, С-12.38

**Обед 3-7**

200	<i>Суп картофельный с клецками</i>	кКал-64, Бел-2.12, Жир-2.8, Угл-7.56, С-3.14
150	<i>Голубцы ленивые(с)</i>	кКал-444.86, Бел-28.29, Жир-31.89, Угл-10.29, С-18.51
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	кКал-84, Бел-0.6, Жир-0.1, Угл-20.1, С-0.2
30	<i>Хлеб ржаной</i>	кКал-103, Бел-4, Жир-0.75, Угл-20.05

**Итого за Обед 3-7** кКал-695.86, Бел-35.01, Жир-35.54, Угл-58, С-21.85

**Полд.3-7**

40	<i>Печенье</i>	кКал-166, Бел-3, Жир-3.92, Угл-29.76
180	<i>Кисель из концентрата плодового или ягодного</i>	кКал-27, Угл-6.75

**Итого за Полд.3-7** кКал-193, Бел-3, Жир-3.92, Угл-36.51

**Ужин 3-7**

150	<i>Сырники из творога запеченные</i>	кКал-273, Бел-23.7, Жир-7.95, Угл-26.85, С-0.3
15	<i>Молоко сгущенное</i>	кКал-81.75, Бел-7.2, Жир-8.5, Угл-55.5, С-1
60	<i>Салат из капусты белокочанной</i>	кКал-56.4, Бел-0.87, Жир-3.6, Угл-5.04, С-10.2
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3
25	<i>Хлеб пшеничный</i>	кКал-97.5, Бел-3.17, Жир-0.33, Угл-20.5

**Итого за Ужин 3-7** кКал-546.65, Бел-35.14, Жир-20.48, Угл-117.19, С-11.5

**Итого за день** кКал-2 012.69, Бел-86.78, Жир-84.06, Угл-280.34, С-47.5

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано



**Чайковский 1-3, 1пт**

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

**Зав 1-3**

150	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	кКал-175.32, Бел-5.46, Жир-5.44, Угл-26.14, С-0.95
180	<b>Какао с молоком</b>	кКал-84.6, Бел-2.97, Жир-2.61, Угл-12.42, С-0.63
5	<b>Масло сливочное</b>	кКал-33, Бел-0.04, Жир-3.63, Угл-0.07
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

**Итого за Зав 1-3** кКал-409.92, Бел-12.27, Жир-12.08, Угл-63.23, С-1.58

**2 Зав 1-3**

100	<b>Напиток из ягод замороженных</b>	кКал-44, Бел-0.2, Жир-0.1, С-16.5
-----	-------------------------------------	-----------------------------------

**Итого за 2 Зав 1-3** кКал-44, Бел-0.2, Жир-0.1, С-16.5

**Обед 1-3**

150	<b>Суп картофельный с клецками</b>	кКал-48, Бел-1.59, Жир-2.1, Угл-5.67, С-2.36
110	<b>Голубцы ленивые(с)</b>	кКал-190.3, Бел-12.1, Жир-13.64, Угл-4.4, С-7.92
180	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	кКал-75.6, Бел-0.54, Жир-0.09, Угл-18.09, С-0.18
30	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-103, Бел-4, Жир-0.75, Угл-20.05

**Итого за Обед 1-3** кКал-416.9, Бел-18.23, Жир-16.58, Угл-48.21, С-10.46

**Полд. 1-3**

30	<b>Печенье</b>	кКал-124.5, Бел-2.25, Жир-2.94, Угл-22.32
150	<b>Кисель из концентрата плодового или ягодного</b>	кКал-22.5, Угл-5.63

**Итого за Полд. 1-3** кКал-147, Бел-2.25, Жир-2.94, Угл-27.95

**Ужин 1-3**

130	<b>Сырники из творога запеченные</b>	кКал-236.6, Бел-20.54, Жир-6.89, Угл-23.27, С-0.26
15	<b>Молоко сгущенное</b>	кКал-102.19, Бел-9, Жир-10.63, Угл-69.38, С-1.25
50	<b>Салат из капусты белокочанной</b>	кКал-94, Бел-1.45, Жир-6, Угл-8.4, С-17
25	<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 Ужин 1-3** кКал-583.99, Бел-34.97, Жир-24.01, Угл-134.02, С-18.51

**Итого за день** кКал-1 601.81, Бел-67.92, Жир-55.71, Угл-273.41, С-47.05

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