

22.01.2025 Ясдин

Утверждаю  
Заведующий  
Белова Е. В.



	<b>Факт</b> <b>Выход</b>	<b>Калории</b>
<b>Завтрак</b>		
Каша манная на молоке	150	187,4
Какао с молоком	180	65,5
Булка с маслом,	10/10	26,2/70
<b>2-й завтрак</b>		
Сок	100	72
<b>Обед</b>		
Салат из квашеной капусты	30	31
Суп Свекольник на б/к бульоне с мясом со сметаной	150/9	74,2/14,5
Пюре картофельное, котлета рыбная	110/60	129,1/73,7
Компот из кураги	150	82,7
Хлеб	40	72,4
<b>Полдник</b>		
Компот из ягод. булка	150/50	80,2/131
<b>Ужин</b>		
Запеканка творожная, соус сметанный	130/10	191,4/11,5
Чай с сахаром,	150	4,2
Кондитерское изделие	20	83,4
Итого килокалорий:	1509	1400,4

22.01.25.

Утверждаю  
Заведующий  
Белова Е. В.



	<b>Факт</b> <b>Выход</b>	<b>Калории</b>
<b>Завтрак</b>		
Каша манная на молоке	190	157,7
Какао с молоком	200	135,2
Булка с маслом	10/5	26,2/37,4
<b>2-й завтрак</b>		
Фрукты	100	96
<b>Обед</b>		
Капуста квашенная	50	51
Суп Свекольник на б/к бульоне с мясом со сметаной	180/10	110,5/16,2
Пюре картофельное, котлета рыбная	130/80	152,6/111,6
Компот из сухофруктов	180	99,1
Хлеб	50	90,5
<b>Полдник</b>		
Компот из ягод. булка	180/70	90,1/184,5
<b>Ужин</b>		
Запеканка творожная, соус сметанный	200/30	318,2/34,6
Чай с сахаром,	200	5,6
Кондитерское изделие	20	83,4
Итого килокалорий:	1885	1800,4