



Дата: 25.04.2024				
Наименование блюда	если		если	
	ВЫХОД	ккал	ВЫХОД	ккал
Завтрак				
Каша молочная из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	150	115,2	200	153,6
Чай с молоком	180	102,0	180	102,0
Батон йодированный	25	65,5	30	78,6
Масло сливочное (порциями)	8	52,9	10	66,1
Итого:	363	335,6	420	400,3
Второй завтрак				
Кисломолочный напиток (кефир)	150	88,6	180	106,4
Обед				
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	150	69,1	180	84,2
Азу из говядины	50	121,7	70	170,2
Рис с овощами	110	179,3	130	211,9
Напиток из плодов сушеных (яблоки)	150	37,7	180	45,3
Хлеб ржаной йодированный	36	62,6	45	78,3
Итого:	496	470,4	605	589,9
Уплотненный полдник				
Капуста тушеная с мясом свинины	200	330,9	200	330,9
Чай с низким содержанием сахара	150	18,3	180	21,9
Батон йодированный	25	65,5	35	91,7
Выпечное изделие	50	153,3	50	153,3
Итого:	425	568,0	465	597,8
Итого за день:	1434	1462,6	1670	1694,4