

Утверждено  
Индивидуальный  
ср. расписание

22.10.2024



|                              |                                                  |                  |                    |                     |                      |                      |               |     |  |
|------------------------------|--------------------------------------------------|------------------|--------------------|---------------------|----------------------|----------------------|---------------|-----|--|
| <b>День 2</b>                |                                                  |                  |                    |                     |                      |                      |               |     |  |
| <b>Завтрак:</b>              |                                                  |                  |                    |                     |                      |                      |               |     |  |
|                              | Каша овсяная молочная                            | 150/200          | 4,02/6,7           | 8,35/9,8            | 21,32/27,1           | 167,25/223           | 0,18          | 130 |  |
|                              | Кофейный напиток с молоком                       | 150/180          | 2,34/2,8           | 1,9/2,39            | 10,6/12,76           | 70/84                | 0,97          | 395 |  |
|                              | Хлеб пшеничный                                   | 20/30            | 1,84/2,45          | 0,64/0,85           | 12,55/16,74          | 64,32/85,77          | 0             | 701 |  |
|                              | Сыр порционный                                   | 4/6              | 2,32/3,48          | 2,95/4,42           | 0                    | 36/54                | 0,07          | 7   |  |
|                              | <b>Итого</b>                                     | <b>324/429</b>   | <b>18,52/15,43</b> | <b>13,84/17,46</b>  | <b>44,47/56,68</b>   | <b>337,57/446,77</b> | <b>1,22</b>   |     |  |
| <b>Второй завтрак:</b>       |                                                  |                  |                    |                     |                      |                      |               |     |  |
|                              | Сок яблочный, витаминизированный напиток «Витоща | 50/50            | 0,95/0             | 0/0                 | 17,15/8,64           | 68/33                | 3,7           | 399 |  |
| <b>Обед:</b>                 |                                                  |                  |                    |                     |                      |                      |               |     |  |
|                              | Салат из свежих помидоров                        | 30/40            | 0,37/0,5           | 1,2/1,6             | 5,48/6,64            | 15,69/20,92          | 2             | 41  |  |
|                              | Суп картофельный с макаронными изделиями         | 150/200          | 1,62/2,16          | 5,73/7,26           | 12,29/15,72          | 62,85/83,8           | 5,94          | 82  |  |
|                              | Плов из курицы                                   | 100/130          | 8,3/12,09          | 6,34/7,36           | 23,65/25,54          | 216/281              | 0,97          | 100 |  |
|                              | Компот из сухофруктов                            | 150/200          | 0,33/0,44          | 0,015/0,02          | 20,82/27,76          | 84,75/113            | 0,3           | 376 |  |
|                              | Хлеб пшеничный                                   | 50/20            | 1,84/2,45          | 0,64/0,85           | 12,55/16,74          | 64,32/85,77          | 0             | 701 |  |
|                              | Хлеб ржаной                                      | 20/40            | 2,4/1,8            | 0,4/0,3             | 17,73/13,29          | 123/146              | 0,001         | 700 |  |
|                              | <b>Итого</b>                                     | <b>490/590</b>   | <b>13,3/22,44</b>  | <b>14,065/17,34</b> | <b>81,38/116,51</b>  | <b>469,35/437,57</b> | <b>7,211</b>  |     |  |
| <b>Уплотненный поддник:</b>  |                                                  |                  |                    |                     |                      |                      |               |     |  |
|                              | пирожки с капустой                               | 60/80            | 5,46               | 7,92                | 23,584               | 350                  | 20,59         | 336 |  |
|                              | Чай с сахаром                                    | 150/200          | 0,1/0,12           | 0,01/0,018          | 10,2/13,6            | 39/52                | 0,2           | 194 |  |
|                              | Хлеб пшеничный                                   | 20/30            | 1,84/2,45          | 0,64/0,85           | 12,55/16,74          | 64,32/85,77          | 0,001         | 700 |  |
|                              | <b>Итого</b>                                     | <b>230/310</b>   | <b>6,754/9,53</b>  | <b>8,13/8,44</b>    | <b>42,644/61,33</b>  | <b>426,8/369,34</b>  | <b>20,791</b> |     |  |
| <b>Итого за второй день:</b> |                                                  |                  |                    |                     |                      |                      |               |     |  |
|                              |                                                  | <b>1388/1379</b> | <b>42,05/47,40</b> | <b>42,81/43,24</b>  | <b>184,44/243,16</b> | <b>503,6/1286,68</b> | <b>43,19</b>  |     |  |