

№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
---	--------------------	----------	----------

5 июня 2025 г. Четверг

Завтрак

6/6	Омлет с картофелем (запеченный)		
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	220	246,67
2/13	Хлеб с сыром	200	96,54
-	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	104,07
пром.	Бананы	30	63,16
Итого за 'Завтрак'		230	219,65

Обед

16/1	Салат из моркови с растительным маслом		
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	110	108,18
7/7	Рыба, запеченная с сыром	275	75,34
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	130	222,75
14/10	Компот из чернослива	200	262,33
-	Хлеб крестьянский с Валитек-8	200	88,57
-	Хлеб ржаной	60	126,33
		72	139,23
Итого за 'Обед'		1047	990,20
Итого за день		1767	1720,30

6 июня 2025 г. Пятница

Завтрак

8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		
30/10	Чай с молоком	220	226,17
1/13	Хлеб с маслом	200	95,20
-	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	135,08
	Пряники	30	63,16
		120	293,39
Итого за 'Завтрак'		610	812,99

Обед

32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом		
12/2	Суп картофельный со сметаной	110	98,85
41/2	Фрикадельки мясные	275	91,05
9/8	Печень по-строгановски	25	54,56
3/3	Картофельное пюре	110	210,14
3/10	Компот из яблок	200	176,78
-	Хлеб крестьянский с Валитек-8	200	79,96
-	Хлеб ржаной	60	126,33
		72	139,23
Итого за 'Обед'		1052	1015,10
Итого за день		1662	1707,13