

Утверждаю:

Директор: _____



Прием пищи, наименование блюда

01.12.2025г.

6 день

Согласовано:

Директор: _____

С.О. Всего за день: 1.12.2025г. Т.О.

Шеф

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|-----------------|---------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185 | 200 | 6,1 | 2,9 | 31,0 | 173,8 | 185 | 2011 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6 | 5 | 0,0 | 3,6 | 0,0 | 37,4 | 6 | 2011 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 | 180 | 3,0 | 2,5 | 15,5 | 95,6 | 395 | 2011 |
| БАТОН №5 | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | ТТК №5 | |
| Итого за прием пищи: | 415 | 11,4 | 9,9 | 61,9 | 385,4 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | 399 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 150 | 0,8 | 0,2 | 14,7 | 62,6 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50 | 0,8 | 0,1 | 4,4 | 21,4 | ТТК № 1,2,3,4,5 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67 | 200 | 2,5 | 5,0 | 8,2 | 81,6 | 67 | 2011 |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" №390 | 80 | 10,3 | 5,6 | 5,2 | 105,7 | 390 | 2004 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125 | 130 | 3,5 | 4,5 | 22,9 | 132,3 | 125 | 2011 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 | 180 | 0,0 | 0,0 | 14,0 | 55,8 | 376 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 700 | 21,4 | 15,7 | 82,5 | 529,0 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 208,5 | ТТК № 9 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ №392 | 190 | 0,1 | 0,0 | 14,3 | 57,0 | 392 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 240 | 3,9 | 4,9 | 51,5 | 265,5 | | |
| Всего за день: | | 37,5 | 30,7 | 210,6 | 1 242,5 | | |