



| Наименование блюда                       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | № рец.        | цена<br>рубли |
|------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------------|---------------|---------------|
|                                          |              | Б                    | Ж            | У            |                                      |               |               |
| 21.02.2025                               |              |                      |              |              |                                      |               |               |
| День 5/неделя 1: Пятница                 | 12-18г       | 12-18г               | 12-18г       | 12-18г       | 12-18г                               |               |               |
| Завтрак                                  |              |                      |              |              |                                      |               |               |
| Овощи по сезону нарезке (огурец)         | 60           | 0,48                 | 0,06         | 1,02         | 6                                    | 70/2017м      | 20            |
| Гуляш из отварного мяса                  | 90           | 12,02                | 11,79        | 3,27         | 167,27                               | 246/2017м     | 44            |
| Макаронные изделия отварные с маслом     | 150          | 5,40                 | 4,90         | 32,80        | 196,80                               | 203/2017м     | 15            |
| Вафли                                    | 30           | 1,2                  | 3,7          | 17,7         | 118,26                               | п.т           | 11            |
| Напиток из шиповника                     | 200          | 0,60                 | 0,20         | 15,20        | 65,30                                | 54-13км/2022н | 15            |
| Хлеб пшеничный йодированный              | 30           | 2,1                  | 0,3          | 14,49        | 70,14                                | 701/2010м     | 3,73          |
| <b>Итого за завтрак</b>                  | <b>560</b>   | <b>21,80</b>         | <b>20,95</b> | <b>84,48</b> | <b>623,77</b>                        |               | <b>108,73</b> |
| <b>Итого за неделю в среднем завтрак</b> | <b>606</b>   | <b>21,07</b>         | <b>18,13</b> | <b>89,06</b> | <b>609,29</b>                        |               |               |