

Заведу

Таганова С.И. Таганова С.И.

28 августа 2025г.

Наименование блюда	Если		Сад	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал
Завтрак				
Каша ячневая молочная жидкая со сливочным маслом	150/5	220,00	180/5	263,00
Масло сливочное	8	59,20	10	74,00
Хлеб пшеничный	25	59,16	30	71,00
Кофейный напиток	150	99,00	180	118,80
Итого:	338	437,36	405	526,80
2 завтрак				
Сок	150	63,33	180	76,00
Итого:	150	63,33	180	76,00
Обед				
Суп картофельный с яйцом	150	111,75	200	149,00
Ёжики мясные с соусом	100/50	250,58	120/50	284,00
Хлеб ржаной	35	74,35	45	95,60
Напиток из ягод с/м	150	73,91	180	88,70
Итого:	485	510,59	595	617,30
Уплотненный полдник				
Запеканка творожная с фруктовым соусом	100/20	250,87	140/30	334,50
Чай с низким содержанием сахара	150	31,57	180	41,00
Хлеб пшеничный	25	59,16	30	71,00
Итого:	295	341,60	380	590,70
Итого за день:	1268	1352,88	1560	1666,60