

День: 23.09.2026.среда
 Неделя: 2

Рацион: Школьное меню

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Суп гороховый с картофелем и куриным мясом	250	8	3	19	133	54-6а	18
			гор.напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	20	81	54-35хн	6,26
			хлеб	Хлеб пшеничный, масло сливочное (порциями)	60	4	11	25	216	Пром.5 4-13	17,63
			сладкое	Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт)	100	3	3	5	62	Пром	55
			итого		610	15	17	69	492		96,89
2	3	Обед	закуска	Икра свекольная	90	1,22	9,13	5,42	108,8	54-15з	16,41
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5,5	7,02	9,66	123,7	54-2с	17,61
			2 блюдо	Тефтели из говядины с рисом	90	13,01	13,17	7,28	199,7	54-16м	54,24
			гарнир	Сложный гарнир: Каша перловая рассыпчатая, соус красный основной	170	5,09	5,75	32,28	187,1	54-5г-3соус	14,39
			напиток	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	9,93	41,5	54-32хн	8,24
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	4,85
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	42,7	Пром	2,91
2	3	Итого за день:									
			итого		875	30,42	35,91	97,52	820,7		118,65
2	3	Итого за день:			1485	45,42	52,91	166,52	1312,7		215,54