|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |

 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |
|

|  |  |
| --- | --- |
|  **На 03 октября 2025 года** |  |
| **Наименование** | белки на 100гр | жиры на 100 гр | углеводы на 100гр | кало-ть на 100гр | вес порции (грамм)  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак**  |
| Котлета «Школьная» | 10,3 | 13,8 | 9,75 | 206 | 70 | C:\Users\Admin\Downloads\product_image_148901_286305 (3).jpg |
| Каша гречневая рассыпчатая | 8,4 | 10,8 | 41,3 | 303 | 150 |  |
| Чай с сахаром | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 200/15 |  |
| Хлеб пшеничный | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 35 | 20 |  |
|  |  |  |  |  | **итого** | **110,19** |
| ***Обед***  |
| Суп картофельный с рисом, мясом | 2,5 | 3 | 18,3 | 11 | 200/15 |  |
| Мясо куры тушеное в соусе с овощами | 15,5 | 19 | 19 | 310 | 200 |  |
| Яблоко свежее | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 43 | 70 |  |
| ССН Сочная долина | 0,1 | 0,1 | 12 | 50 | 200 |  |
| Хлеб дарницкий | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 35 | 20 |  |
|  |  |  |  |  | **итого** | **239,00** |
| ***Полдник*** |
| Снежок 205%жирн. | 4,68 | 4,68 | 23 | 157 | 190 |  |
| Кондит.изд | 5,7 | 6,2 | 48 | 280 | 75 |  |
|  |  |  |  |  | **итого** | **70,00** |
| ***Комплекс 1*** |
| Салат Светлый  | 2 | 21 | 1,9 | 206 | 110 |  |
| ССН Сочная долина | 0,1 | 0,1 | 12 | 50 | 200 |  |
| Сосиска в тесте | 7,8 | 9,3 | 29 | 234 | 75 |  |
| Хлеб дарницкий | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 35 | 20 |  |
|  |  |  |  |  | **Итого** | **150,00** |
| ***Комплекс 2*** |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Мясо куры тушеное в соусе с овощами | 15,5 | 19 | 19 | 310 | 200 |  |
| Огурец консервирован. | 0 | 0 | 3 | 51 | 25 |  |
| Чай с сахаром | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 200 |  |
| Булочка Минутка | 5,7 | 6,2 | 48 | 280 | 75 |  |
| Хлеб дарницкий | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 35 | 20 |  |
|  |  |  |  |  | **Итого** | **200,00** |
|  |  |  |  |  |  |  |

 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |