

## 25 марта 2025 год

| 2 день | Завтрак                           |   |            |               |               |                |                  | 2 день |
|--------|-----------------------------------|---|------------|---------------|---------------|----------------|------------------|--------|
|        | Запеканка из творога              | г | 200        | 32,000        | 33,600        | 31,870         | 566,670          | 313    |
|        | Сгущенное молоко                  | г | 50         | 3,600         | 4,250         | 27,750         | 163,500          | 471*   |
|        | Какао с молоком                   | г | 200        | 3,600         | 3,300         | 25,000         | 144,000          | 497    |
|        | <b>Итого завтрак:</b>             |   | <b>450</b> | <b>39,200</b> | <b>41,150</b> | <b>84,620</b>  | <b>874,170</b>   |        |
|        | <b>Второй завтрак</b>             |   |            |               |               |                |                  |        |
|        | Кисель из сока фруктового         | г | 200        | 0,400         | 0,060         | 22,200         | 90,000           | 485*   |
|        | Батон нарезной                    | г | 20         | 1,500         | 0,580         | 10,280         | 52,400           | 111    |
|        | <b>Итого второй завтрак:</b>      |   | <b>220</b> | <b>1,900</b>  | <b>0,640</b>  | <b>32,480</b>  | <b>142,400</b>   |        |
|        | <b>Обед</b>                       |   |            |               |               |                |                  |        |
|        | Икра свекольная                   | г | 100        | 2,400         | 7,100         | 10,400         | 115,000          | 119    |
|        | Суп картофельный с бобовыми       | г | 250        | 2,300         | 4,250         | 15,125         | 108,000          | 144    |
|        | Рыба, тушенная в томате с овощами | г | 100        | 9,360         | 5,060         | 4,430          | 143,000          | 343    |
|        | Картофельное пюре                 | г | 180        | 3,780         | 7,920         | 19,620         | 165,600          | 429    |
|        | Компот из свежих яблок            | г | 200        | 0,50          | 0,00          | 23,10          | 96,000           | 507    |
|        | Хлеб ржано-пшеничный              | г | 30         | 1,980         | 0,360         | 10,200         | 54,300           | 110    |
|        | Батон нарезной                    | г | 100        | 7,500         | 2,900         | 51,400         | 262,000          | 111    |
|        | <b>Итого обед:</b>                |   | <b>960</b> | <b>27,82</b>  | <b>27,59</b>  | <b>134,28</b>  | <b>943,90</b>    |        |
|        | <b>Полдник</b>                    |   |            |               |               |                |                  |        |
|        | Чай с сахаром                     | г | 200        | 0,10          | 0,00          | 15,00          | 60,00            | 493    |
|        | Вафли                             | г | 15         | 0,420         | 0,500         | 11,600         | 52,500           | 588    |
|        | Банан (поштучно)                  | г | 250        | 2,620         | 0,870         | 36,710         | 167,830          | 112    |
|        | <b>Итого полдник:</b>             | г | <b>465</b> | <b>3,140</b>  | <b>1,370</b>  | <b>63,310</b>  | <b>280,330</b>   |        |
|        | <b>Итого за день:</b>             |   |            | <b>72,060</b> | <b>72,010</b> | <b>314,685</b> | <b>2 240,800</b> |        |