

УТВЕРЖДАЮ

19.01.2024

_____Е.Н. Букреева

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	-Каша геркулесовая, молочная	200	8,2	9,9	31,2	246,8	9
	- Чай с сахаром	200	1,3	1,3	14,0	92,0	18
	- Хлеб пшеничный со сливочным маслом	40/5	2,7	4,36	14,62	108,0	42
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			12,2	15,56	59,82	446,8	
2 ЗАВТРАК	- Сок яблочный	136,36	0,46	0	11,96	51,75	52
ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК			0,4	0	11,96	51,75	
ОБЕД	- Салат из консервированного зелено горошка	40	4,55	3,59	1,91	58,19	127
	- Щи на курином бульоне	250	9,6	9,3	32,2	193,0	21
	- Рыба по - польски	150	19,8	25,36	74,4	332,2	4
	- Компот из сухофруктов	200	0,48	0	23,8	90,0	66
	- Хлеб ржаной	45	4,62	1,8	29,8	157,2	44
ИТОГО ЗА ОБЕД			39,05	39,85	162,11	830,59	
ПОЛДНИК	- Кофейный напиток с сахаром	200	0,2	0	14,0	28,0	19
	- Хлеб пшеничный	23,63	4,0	4,9	17,0	142,0	43
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			4,2	4,9	31,0	170,0	
ИТО ЗА ДЕНЬ			55,85	116,11	264,89	1499,14	Сумма 92,24