УТВЕРЖДАЮ

 **23.01.2024** \_\_\_\_\_Е.Н. Букреева

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **Наименование**  | **Вес**  | **Пищевые вещества**  | **Энергети-** | **N**  |
|  | **блюда**  | **блюда**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **ческая ценность**  | **рецептуры**  |
| **ЗАВТРАК** |  - Макароны с творогом |  140 |  5,75 | 4,9  | 73,08  | 359,42  |  117 |
|  |  - Какао с молоком |  200 |  0,2 | 0  | 14,0  | 28,0  |  19 |
|  - Хлеб со сливочным маслом  |  40/5 |  4,0 | 4,9  | 17,0  | 142,0  |  42 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК**  |  |  |  **9,95** |  **9,8** |  **104,08** |  **529,42** |  |
| **2 ЗАВТРАК** |  - Яблоко |  45,45 |  0,46 | 0  | 11,96  | 51,75  |  52 |
| **ИТОГО ЗА 2** **ЗАВТРАК** |  |  |  **0,46** | **0**  | **11,96**  | **51,75**  |  |
| **ОБЕД** |  - Салат из вареной свёклы |  45 |  0,4 |  2,8 | 2,8  | 38,8  |  60 |
|  - Рассольник со сметаной на курином бульоне  |  250 |  8,1 | 4,4  | 19,5  | 200,0  | 23  |
|  | Развернутые голубцы с мясом кур | 170 |  20,18 |  14,04 |  52,16 |  416,2 |  49/94 |
|  - Компот из свежих фруктов |  200 |  0,43 |  0,18 | 27,84  | 114,66  |  107 |
|  - Хлеб ржаной |  45 |  4,62 | 1,8  | 29,8  | 157,2  |  44 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  |  |  **33,73** |  **23,22** |  **132,1** |  **926,86** |  |
| **ПОЛДНИК**  |  - Чай с сахаром |  200 |  0,14 | 0  | 12,6  | 47  |  105 |
|  |  -Хлеб пшеничный | 23,63 |  3,84 | 3,06  | 48,75  | 237,9  |  96 |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК**  |  |  |  **3,98** |  **3,06** |  **61,35** |  **284,9** |  |
|  |  |  |  **48,12** | **36,08**  |  **309,49** |  **1792,93** | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ 108,97** |