УТВЕРЖДАЮ

**29.01.2024** \_\_\_\_\_Е.Н. Букреева

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование** | **Вес** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети-** | **N** |
|  | **блюда** | **блюда** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ческая ценность** | **рецептуры** |
| **ЗАВТРАК** | -Макароны с творогом | 130 | 10,18 | 13,9 | 8,73 | 206,5 | 55 |
|  | - Чай с сахаром | 200 | 1,3 | 1,3 | 14,0 | 92,0 | 18 |
| - Хлеб пшеничный со сливочным маслом | 40/5 | 3,1 | 1,2 | 19,9 | 105,0 | 41 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  |  | **14,58** | **16,4** | **42,63** | **403,5** |  |
| **2 ЗАВТРАК** | - Апельсин | 31 | 1,54 | 0 | 19,8 | 84,5 | 51 |
| **ИТОГО ЗА 2**  **ЗАВТРАК** |  |  | **1,54** | **0** | **19,8** | **84,5** |  |
| **ОБЕД** | - Салат из консервированного зеленого горошка | 50 | 0,68 | 6,08 | 6,38 | 84,0 | 99 |
| - Щи на к/б со сметаной | 250 | 2,1 | 5,76 | 11,45 | 111,74 | 98 |
|  | - Гречка с гуляшом из мяса кур | 100/80 | 21,94 | 29,05 | 72,77 | 468,75 | 62/78 |
| -Компот из изюма | 200 | 0,78 | 0 | 23,8 | 90,0 | 95 |
| - Хлеб ржаной | 30 | 4,62 | 1,8 | 29,8 | 157,2 | 44 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  |  | **30,12** | **42,69** | **144,2** | **911,69** |  |
| **ПОЛДНИК** | -Кофейный напиток с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 14,0 | 28,0 | 19 |
|  | - Хлеб пшеничный | 30 | 4,0 | 4,9 | 17,0 | 142 ,0 | 43 |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  |  | **4,2** | **4,9** | **31,0** | **170,0** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  |  | **50,44** | **63,99** | **237,63** | **1559,69** | **СУММА ЗА ДЕНЬ 102,39** |