УТВЕРЖДАЮ

**14.03.2024** \_\_\_\_\_Е.Н. Букреева

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование** | **Вес** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети-** | **N** |
|  | **блюда** | **блюда** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ческая ценность** | **рецептуры** |
| **ЗАВТРАК** | - Каша гречневая, молочная | 200 | 7,4 | 9,31 | 2,88 | 226,0 | 13 |
|  | - Кофейный напиток с молоком | 200 | 0,14 | 0 | 12,6 | 47,0 | 105 |
| - Хлеб пшеничный со сливочным маслом | 40/5 | 2,7 | 4,36 | 14,62 | 108,0 | 42 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  |  | **10,24** | **13,67** | **30,10** | **381,0** |  |
| **2 ЗАВТРАК** | - Яблоко | 36 | 1,0 | 0,2 | 20,2 | 92,0 | 55 |
| **ИТОГО ЗА 2**  **ЗАВТРАК** |  |  | **1,0** | **0,2** | **20,2** | **92,0** |  |
| **ОБЕД** | -Салат из консервированной кукурузы | 35 | 3,1 | 2,8 | 7,8 | 41,8 | 106 |
| - Суп гороховый на курином бульоне | 250 | 4,97 | 6,19 | 21,3 | 152,84 | 9 |
|  | - Рыба по- польски | 160 | 9,0 | 14,4 | 23,6 | 250,0 | 111 |
| - Компот из кураги | 200 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90,0 | 95 |
| - Хлеб ржаной | 43 | 4,62 | 1,8 | 29,8 | 157,2 | 44 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  |  | **22,17** | **25,19** | **106,3** | **691,84** |  |
| **ПОЛДНИК** | - Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 14,0 | 28,0 | 19 |
|  | - Хлеб пшеничный | 35 | 4,0 | 4,9 | 17,0 | 142,0 | 43 |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  |  | **4,2** | **4,9** | **31,0** | **107,0** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  |  | **37,61** | **43,96** | **187,6** | **1271,84** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | **98,43** |