УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 1 день, 1 неделя

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| Б | Ж | У |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом | 40 | 2,85 | 8,60 | 17,27 | 158,10 | 0,00 | 99 |
| Сыр (порциями) | 8 | 1,80 | 2,29 | 0,00 | 28,25 | 0,70 | 14 |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 4,18 | 10,37 | 19,37 | 188,23 | 0,68 | 100 |
| Какао с молоком | 160 | 2,65 | 2,26 | 11,02 | 75,64 | 1,20 | 416 |
| ЗАВТРАК - 2 | Сок яблочный | 100 | 0,50 | 0,10 | 9,90 | 43,00 | 2,00 | 418 |
| ОБЕД | Щи с капустой и картофелем | 150 | 6,23 | 7,69 | 15,96 | 138,47 | 15,97 | 147 |
| Запеканка картофельная с мясом | 160 | 10,30 | 11,36 | 18,02 | 215,71 | 3,53 | 308 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 10,16 | 531 |
| Хлеб пшеничный (30г и 50г) | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 | 0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| ПОЛДНИК | Пряники | 50 | 2,95 | 2,35 | 37,50 | 183,00 | 0,05 | 584 |
| Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| УЖИН | Салат из моркови | 45 | 0,54 | 0,04 | 5,12 | 23,57 | 7,5 | 41 |
| Кулеш | 155 | 4,66 | 6,00 | 21,33 | 257,93 | 1,40 | 203 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| **ИТОГО** |  | **1568** | **39,61** | **51,37** | **194,22** | **1481,62** | **43,19** |  |