УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 6 день, 2 неделя

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| Б | Ж | У |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с джемом или повидлом | 40 | 2,37 | 0,29 | 20,69 | 95,02 | 0,09 | 2 |
| Каша рисовая | 150 | 4,24 | 6,43 | 26,84 | 182,72 | 0,40 | 415 |
| Чай с молоком | 160 | 2,52 | 2,14 | 11,55 | 76,17 | 1,13 | 413 |
| ЗАВТРАК - 2 | Сок яблочный | 100 | 0,50 | 0,10 | 9,90 | 43,00 | 2,00 | 418 |
| ОБЕД | Суп «Рассольник» | 150 | 7,11 | 7,88 | 19,94 | 179,45 | 10,31 | 89 |
| Гуляш | 50 | 15,34 | 29,18 | 3,80 | 429,24 | 0,52 | 259 |
| Пюре картофельное | 110 | 2,65 | 1,00 | 16,97 | 87,79 | 3,8 | 339 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 10,06 | 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 | 0,00 | 584 |
| Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| УЖИН | Салат из моркови с курагой | 45 | 0,75 | 0,05 | 7,27 | 33,33 | 5,53 | 33 |
| Суп любительский | 155 | 2,21 | 2,91 | 12,38 | 84,75 | 4,35 | 93 |
| 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** |  | **1560** | **43,59** | **52,64** | **204,79** | **1561,10** | **38,19** |  |