УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 7 день, 2 неделя

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| Б | Ж | У |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом | 40 | 2,83 | 4,48 | 17,23 | 120,70 | 0,00 | 99 |
| Сыр (порциями) | 8 | 1,80 | 2,29 | 0,00 | 28,25 | 0,70 | 14 |
| Каша кукурузная вязкая | 150 | 5,34 | 7,63 | 24,09 | 186,82 | 0,98 | 271 |
| Какао с молоком | 160 | 2,65 | 2,26 | 11,02 | 75,64 | 1,20 | 416 |
| ЗАВТРАК - 2 | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,23 | 0,10 | 10,06 | 46,37 | 35,00 | 538 |
| ОБЕД | Суп из овощей с фасолью | 150 | 8,98 | 8,00 | 19,99 | 189,20 | 5,38 | 148 |
| Азу | 160 | 8,43 | 16,46 | 19,19 | 259,14 | 3,83 | 370 |
| Кисель из повидла, джема, варенья | 150 | 0,08 | 0,05 | 23,00 | 90,52 | 5,07 | 517 |
| 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 | Вафли | 50 | 1,36 | 1,60 | 37,49 | 171,69 | 0,00 | 0/3 |
| Варенец | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,15 | 79,5 | 1,2 | 420 |
| УЖИН | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 2,85 | 2,87 | 20,04 | 117,69 | 5,17 | 88 |
| 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** | **41,85** | **49,80** | **213,43** | **1481,06** | **58,83** |  |