УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 9 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 «Дружба» | 150 | 5,17 | 5,90 | 29,54 | 237,54 | 0,99 | 266 |
| Чай с молоком | 160 | 2,52 | 2,14 | 11,55 | 76,17 | 1,13 | 413 |
| ЗАВТРАК - 2 | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,23 | 0,10 | 10,06 | 46,37 | 35,00 | 538 |
| ОБЕД | Суп картофельный с бобовыми | 150 | 8,24 | 7,19 | 17,85 | 169,17 | 4,62 | 87 |
| Печень по-строгановски | 50 | 10,20 | 9,46 | 15,37 | 195,43 | 6,50 | 256 |
| Макаронные изделия отварные | 110 | 4,83 | 4,58 | 30,82 | 183,82 | 0,00 | 297 |
| Компот из свежих плодов | 150 | 0,09 | 0,09 | 8,88 | 37,12 | 3,00 | 390 |
| 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 | Булочка домашняя | 35 | 2,58 | 1,80 | 18,24 | 99,81 | 0,00 | 452 |
| Снежок | 165 | 2,62 | 2,26 | 13,75 | 48,76 | 1,10 | 435 |
| УЖИН | Омлет натуральный | 200 | 11,04 | 12,38 | 2,40 | 165,36 | 0,5 | 229 |
| 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** | **55,10** | **52,98** | **200,86** | **1524,04** | **53,54** |  |