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 | 50 | 3,17 | 4,40 | 25,49 | 154,38 | 0,11 | 2 |
| Каша рисовая | 200 | 6,29 | 11,93 | 38,22 | 266,41 | 0,53 | 415 |
| Чай с молоком | 200 | 3,15 | 2,68 | 14,44 | 95,21 | 1,41 | 413 |
| ЗАВТРАК - 2 | Сок яблочный | 100 | 0,50 | 0,10 | 9,90 | 43,00 | 2,00 | 418 |
| ОБЕД | Суп «Рассольник» | 180 | 12,34 | 8,98 | 26,64 | 197,22 | 12,37 | 89 |
| Гуляш | 70 | 13,61 | 18,10 | 8,39 | 301,18 | 0,73 | 259 |
| Пюре картофельное | 130 | 2,89 | 9,04 | 18,63 | 167,82 | 4,49 | 339 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 10,06 | 531 |
| Хлеб пшеничный (30г и 50г) | 40 | 3,05 | 0,25 | 20,07 | 94,73 | 0,00 | 0 |
| Хлеб ржаной | 25 | 0,41 | 0,08 | 2,09 | 10,88 | 0,00 | 115 |
| ПОЛДНИК | Пряники | 70 | 4,13 | 3,29 | 52,50 | 256,20 | 0,00 | 584 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| УЖИН | Салат из моркови с курагой | 60 | 1,01 | 0,08 | 14,61 | 44,12 | 5,53 | 33 |
| Суп любительский | 165 | 2,58 | 7,51 | 15,30 | 139,52 | 5,54 | 93 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| Хлеб ржаной | 25 | 0,41 | 0,08 | 2,09 | 10,88 | 0,00 | 115 |
| **ИТОГО** |  | **1895** | **53,54** | **66,52** | **268,71** | **1862,82** | **42,77** |  |