УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 8 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 | 3,14 | 0,39 | 25,45 | 118,10 | 0,11 | 2 |
| Каша гречневая | 200 | 5,47 | 5,44 | 34,56 | 188,72 | 2,01 | 182 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,65 | 2,18 | 11,59 | 77,21 | 1,46 | 414 |
| ЗАВТРАК - 2 | Яблоки | 100 | 0,34 | 0,34 | 8,36 | 40,12 | 10,00 | 386 |
| ОБЕД | Суп «Свекольник» | 180 | 1,72 | 8,80 | 20,75 | 169,21 | 7,14 | 136 |
| Пудинг рыбный запечённый | 70 | 10,93 | 5,39 | 8,85 | 188,45 | 0,14 | 285 |
| Сложный гарнир | 130 | 3,60 | 5,02 | 18,36 | 134,01 | 15,76 | 339/143 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 12,07 | 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 | Печенье | 70 | 5,25 | 6,86 | 52,08 | 291,90 | 0,00 | 0/2 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,09 | 0,02 | 13,52 | 35,28 | 5,45 | 412 |
| УЖИН | Запеканка из творога | 175 | 26,30 | 22,39 | 27,79 | 425,38 | 0,42 | 251 |
| Соус молочный № 350 | 50 | 1,01 | 2,65 | 15,47 | 49,83 | 0,75 | 350 |
| Чай с сахаром | 200 | 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** | **64,37** | **59,89** | **259,59** | **1888,88** | **55,31** |  |