

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения _____/Колбина Р.А.

2 день, 1 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 пшеничная жидкая	200	8,44	13,16	30,54	275,66	1,33	270
	Кофейный напиток с молоком	200	4,34	3,64	14,38	76,71	1,46	414
ЗАВТРАК - 2	Напиток из плодов шиповника	100	0,23	0,10	10,06	108,64	35,00	538
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	7,83	8,16	24,47	162,81	5,54	87
	Голубцы ленивые	160	12,59	12,49	12,54	213,95	10,71	315
	Соус сметанный с томатом	40	0,80	2,22	3,02	35,47	1,80	352
	Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,08	0,00	22,44	90,02	0,08	517
	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
	Ряженка	200	5,63	4,85	8,15	104,76	0,60	420
УЖИН	Рагу из овощей	225	4,32	7,54	24,18	183,41	6,26	148
	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	56,55	63,83	258,38	1810,95	57,35	