

# УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения \_\_\_\_\_/Колбина Р.А.

3 день, 1неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	50	3,63	4,58	22,14	144,50	0,00	99
	Сыр (порциями)	12	2,95	3,74	0,00	28,25	1,05	14
	Каша пшенная жидкая	200	6,16	7,22	39,82	209,41	1,45	273
	Чай с молоком	200	3,15	2,68	14,44	95,21	1,41	413
ЗАВТРАК - 2	Яблоки	100	0,39	0,39	9,51	45,59	10,00	386
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	5,85	6,01	15,83	121,32	7,78	154
	Котлеты или биточки рыбные	70	15,98	5,20	15,42	143,04	0,17	271
	Пюре картофельное	130	2,87	5,05	18,59	131,54	4,49	339
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,00	0,00	6,78	27,09	12,19	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	Вафли	70	1,96	2,31	54,11	247,80	0,00	0/3
	Чай с лимоном	200	0,09	0,02	8,52	35,28	10,45	412
УЖИН	Сырники из творога с повидлом или вареньем	225	17,07	21,35	33,26	481,23	0,21	245
	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
<b>ИТОГО</b>		<b>1907</b>	<b>63,92</b>	<b>58,91</b>	<b>268,30</b>	<b>1866,37</b>	<b>49,20</b>	