

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения _____/Колбина Р.А.

4 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	3,14	0,39	25,45	118,10	0,11	2
	Каша манная жидкая	200	3,57	11,86	37,65	243,88	1,37	268
	Какао с молоком	200	2,96	2,52	11,50	81,15	1,60	416
ЗАВТРАК - 2	Напиток из плодов шиповника	100	0,23	0,10	10,06	46,37	35,00	538
ОБЕД	Борщ	180	3,93	8,80	24,69	166,32	3,31	63
	Печень, тушеная в соусе	70	16,04	12,39	14,20	237,61	10,28	299
	Макароны отварные	130	5,37	4,64	49,23	200,21	0,00	297
	Компот из свежих плодов	180	0,09	0,09	8,88	37,12	3,60	390
	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	Булочка домашняя	70	5,16	3,60	36,46	199,63	0,00	452
	Йогурт	200	5,60	5,00	9,02	113,02	0,00	420
УЖИН	Омлет натуральный	225	16,01	17,93	2,68	236,23	0,56	229
	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	65,97	67,73	260,85	1823,22	55,83	