

УТВЕРЖДАЮ

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

5 день, 1 неделя

| Прием пищи   | Наименование блюда                | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Витамин<br>С | №<br>рецептуры |
|--------------|-----------------------------------|----------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|--------------|----------------|
|              |                                   |                | Б                    | Ж            | У             |                                   |              |                |
| ЗАВТРАК      | Бутерброд с маслом                | 40             | 2,83                 | 4,48         | 17,23         | 120,70                            | 0,00         | 99             |
|              | Сыр (порциями)                    | 8              | 1,80                 | 2,29         | 0,00          | 28,25                             | 0,70         | 14             |
|              | Каша овсяная «Геркулес» вязкая    | 150            | 5,06                 | 7,45         | 21,66         | 174,47                            | 1,06         | 253            |
|              | Кофейный напиток с молоком        | 160            | 2,35                 | 1,94         | 11,02         | 71,47                             | 1,17         | 414            |
| ЗАВТРАК - 2  | Напиток лимонный                  | 100            | 0,07                 | 0,01         | 9,91          | 41,34                             | 1,29         | 436            |
| ОБЕД         | Суп картофельный с клецками       | 150            | 7,19                 | 7,28         | 18,77         | 169,51                            | 3,63         | 91             |
|              | Плов                              | 160            | 9,28                 | 16,48        | 34,11         | 321,96                            | 0,26         | 375            |
|              | Кисель из повидла, джема, варенья | 150            | 0,08                 | 0,05         | 23,00         | 90,52                             | 10,07        | 517            |
|              | Хлеб пшеничный (30г и 50г)        | 30             | 2,29                 | 0,19         | 15,05         | 71,05                             | 0,00         | 0              |
|              | Хлеб ржаной                       | 20             | 0,33                 | 0,06         | 1,67          | 8,70                              | 0,00         | 115            |
| ПОЛДНИК      | Печенье                           | 50             | 3,75                 | 4,90         | 37,50         | 208,50                            | 0,00         | 0/2            |
|              | Чай с сахаром                     | 150            | 0,00                 | 0,00         | 6,78          | 27,09                             | 0,00         | 411            |
| УЖИН         | Салат «Степной» из разных овощей  | 45             | 0,68                 | 4,60         | 3,55          | 58,53                             | 12,16        | 30             |
|              | Суп с рыбными консервами          | 155            | 5,36                 | 2,89         | 15,53         | 109,86                            | 4,35         | 87             |
|              | Чай с сахаром                     | 180            | 0,00                 | 0,00         | 6,78          | 27,09                             | 0,00         | 411            |
|              | Хлеб ржаной                       | 20             | 0,33                 | 0,06         | 1,67          | 8,70                              | 0,00         | 115            |
| <b>ИТОГО</b> |                                   | <b>1568</b>    | <b>41,40</b>         | <b>52,68</b> | <b>223,93</b> | <b>1537,74</b>                    | <b>34,69</b> |                |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 283794527629869324954276015987693411863249112285

Владелец Колбина Раиса Алексеевна

Действителен с 11.03.2026 по 11.03.2027