

УТВЕРЖДАЮ

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

1 день, 1 неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	40	3,71	6,26	21,87	169,12	0,00	1
	Сыр (порциями)	8	1,80	2,29	0,00	28,25	0,07	7
	Каша овсяная «Геркулес» вязкая	150	6,45	10,60	18,24	275,54	1,06	253
	Какао с молоком	160	3,15	3,24	12,51	92,90	1,20	416
ЗАВТРАК - 2	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	46,00	2,00	418
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	150	6,69	6,94	13,07	137,39	4,62	88
	Тефтели мясные (2-й вариант)	50	2,96	4,61	3,04	51,34	0,26	304
	Капуста тушеная	110	2,17	4,07	11,06	88,14	18,00	143
	Компот из сушеных плодов	150	0,55	0,12	27,02	112,33	10,00	531
	Хлеб пшеничный (30г и 50г)	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	115
ПОЛДНИК	Пряники	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00	608
	Чай с сахаром и лимоном	150	0,04	0,01	6,99	28,21	5,02	412
УЖИН	Винегрет овощной	45	0,26	0,07	4,35	18,79	2,58	82
	Крупеник из гречневой крупы	155	4,66	4,38	11,34	143,44	1,21	203
	Чай с сахаром	180	0,04	0,01	6,99	28,21	0,02	411
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	115
<b>ИТОГО</b>		<b>1568</b>	<b>40,85</b>	<b>45,77</b>	<b>212,20</b>	<b>1452,32</b>	<b>46,04</b>	