

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	50	3,65	8,70	22,18	181,90	0,00	1
	Сыр (порциями)	12	2,70	3,43	0,00	42,37	1,05	7
	Каша овсяная «Геркулес» вязкая	200	7,74	12,72	21,89	330,65	1,27	253
	Какао с молоком	200	2,93	2,43	12,06	82,45	1,46	414
ЗАВТРАК - 2	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	46,00	2,00	418
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	180	8,03	8,33	15,68	164,87	5,54	88
	Тефтели мясные (2-й вариант)	70	4,14	6,45	4,26	71,88	0,36	304
	Капуста тушеная	130	2,56	4,81	13,07	104,17	21,27	143
	Компот из сушеных плодов	180	0,66	0,14	32,42	134,80	15,00	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	Пряники	70	4,13	3,29	52,50	206,20	0,00	608
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,05	0,01	9,32	37,61	5,03	412
УЖИН	Винегрет овощной	60	0,39	0,11	6,53	28,19	3,87	82
	Крупеник из гречневой крупы	165	13,58	11,25	36,70	309,77	0,40	334
	Чай с сахаром	200	0,05	0,01	9,32	37,61	0,03	411
	Хлеб ржаной	25	0,41	0,08	2,09	10,88	0,00	115
<b>ИТОГО</b>		<b>1907</b>	<b>54,98</b>	<b>62,19</b>	<b>270,28</b>	<b>1894,96</b>	<b>57,28</b>	