

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения _____/Колбина Р.А.

2 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	40	2,44	0,30	21,33	97,96	0,09	2
	Каша пшеничная молочная	150	10,54	5,63	27,47	172,53	1,00	270
	Кофейный напиток с молоком	160	2,61	2,25	11,36	76,75	1,17	414
ЗАВТРАК - 2	КМП (снежок, йогурт, варенец, ряженка)	100	1,59	1,37	7,80	29,55	0,67	435
ОБЕД	Суп из овощей с фасолью	150	1,63	3,74	4,57	57,96	10,97	104
	Плов из отварного мяса	160	10,05	19,91	31,54	336,27	0,26	375
	Кисель из плодов шиповника	150	1,44	0,08	25,38	109,27	10,16	381
	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	Печенье	50	3,75	4,90	37,20	208,50	0,00	0/2
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21	0,02	411
УЖИН	Рагу из овощей с печенью	200	3,33	10,23	17,93	122,88	10,53	148
	Чай с сахаром	180	0,04	0,01	6,99	28,21	0,00	411
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00	115
ИТОГО		1560	42,37	49,15	206,68	1408,20	34,87	