

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения _____ /Колбина Р.А.

3 день, 1неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	Бутерброд 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 рисовая молочная	150	5,88	7,03	10,3	208,26	1,60	182
	Чай с молоком	160	2,36	2,01	10,83	71,41	1,06	413
ЗАВТРАК - 2	Фрукты свежие (яблоки, бананы)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	386
ОБЕД	Суп картофельный и мясными фрикадельками	150	1,80	1,80	5,29	57,37	6,48	154
	Рыба, тушеная с овощами	50	4,78	2,41	1,28	46,10	6,04	261
	Пюре картофельное	110	3,27	3,11	23,37	134,02	0,00	330
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,99	0,00	23,62	96,92	10,63	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	Вафли	50	1,40	1,65	38,65	175,00	2,00	607
	Чай с сахаром и лимоном	150	0,04	0,01	6,99	28,21	5,02	412
УЖИН	Запеканка из творога	200	16,72	18,20	23,76	279,96	5,76	227/366
	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
ИТОГО		1568	48,11	45,90	210,87	1509,93	48,68	