

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения _____ /Колбина Р.А.

3 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 рисовая молочная	200	7,59	9,07	39,10	268,42	2,06	182
	Чай с молоком	200	3,15	2,68	14,44	95,21	1,41	413
ЗАВТРАК - 2	Фрукты свежие (яблоки, бананы)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	386
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	2,16	2,16	6,35	68,84	7,78	154
	Рыба тушеная с овощами	70	6,70	6,37	1,80	64,39	4,46	261
	Пюре картофельное	130	3,87	3,67	27,61	158,39	0,00	330
	Компот из смеси сухофруктов	180	1,19	0,00	28,34	116,30	18,08	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	Вафли	70	1,96	2,31	54,11	247,80	0,00	607
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,05	0,01	9,32	37,61	5,03	412
УЖИН	Запеканка из творога	225	20,06	20,48	20,48	439,96	3,86	227/366
	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
ИТОГО		1907	57,40	59,70	267,10	1884,29	53,76	