

Утверждено
ио. зав. А. Куштайкина

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белк и	Жиры	Углевод		
03 10 2023г.							
Завтрак	Каша молочная пшеничная	200	4,65	6,48	38,2	203	177
	Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28	392
	Бутерброд с маслом(масло Крестьянское сладкосливочное МДЖ 72.5%)	30/10	2.45	7.55	14.62	136	1
Итого за завтрак		400	9.15	15.16	52.74	380	
2-й завтрак	Фрукты по сезону	шт	0,4	0,4	10	44	368
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	1.73	4.33	10.28	81	57
	Макароны отварные	155	5,68	4,36	27,25	171	205/204
	Рулет с луком и яйцом	80	9,98	8,11	5,4	145	295
	Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28	392
	Хлеб пшеничный	30	1.98	0.36	10.59	54	прилож
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.59	54	прилож
Итого за обед		645	21,39	17,53	71,1	533	
Полдник	Булочка «Рогалик»	60	4,6	2,8	31,38	169,2	466
	Молоко кипяченое	180	5.48	5.45	-	102	400
Итого за полдник		240	10,08	8,25	31,38	271,2	
Итого за день		1285	41,02	41,34	165,22	1228,2	