

Утверждено
и.о. зав. *С. Куштайкина*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
18.09 2023г.							
Завтрак	Макароны отварные	125	4,58	3,51	21,97	140	205
	Свекла тушеная	125	2,61	7,65	12	127,5	134
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	392
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	7,06	53	прилож
Итого за завтрак		420	8,55	11,41	48,02	348,5	
2-й завтрак							
Обед	Суп картофельный перловый	200	1,676	2,688	9,711	69,8	80
	Котлеты рыбные	80	10,64	3,76	7,67	107	255
	Каша вязкая ячневая	155	3,2	4,123	22,5	139,5	168
	Овощи натуральные свежие	40	0,35	0,06	0,82	9	71
	Компот из сухофруктов	150	0,06	-	16,36	65	376
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	7,06	53	прилож
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,59	54	прилож
Итого за обед		675	19,226	11,231	74,711	497,3	
Полдник	Бутерброд с повидлом	55	3,42	5,4	37,9	214,5	2
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	397
Итого за полдник		235	7,09	8,59	53,72	321,5	
Итого за день		1330	34,87	31,231	176,451	1167,3	