

Утверждаю  
и.о.зав. *С. Кушталкина*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<i>29.09</i> <i>2023г.</i>							
Завтрак	Суп молочный вермешелевый	200	6.64	7.59	28.13	204	99
	Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28	392
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	7,06	53	прилож
<b>Итого за завтрак</b>		<b>370</b>	<b>8.68</b>	<b>7.97</b>	<b>48.71</b>	<b>298</b>	
2-й завтрак							
Обед	Щи из свежей капусты	200	1.74	4.88	8.48	84.75	67
	Котлета рубленая из говядины	70	12.44	9.27	11.08	183	282
	Овощи натуральные свежие	40	0,35	0,06	0,82	9	71
	Каша гречневая рассыпчатая	155	2,20	2,84	25,78	138,7	165
	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
<b>Итого за обед</b>		<b>675</b>	<b>20,73</b>	<b>17,78</b>	<b>74,24</b>	<b>551,45</b>	
Полдник	Бутерброд с маслом (Крестьянское сладкосливочное МДЖ 72.5%) и сыром	55	5	6.6	14.1	137	3
	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40	392
<b>Итого за полдник</b>		<b>235</b>	<b>5,06</b>	<b>6,62</b>	<b>24,09</b>	<b>196</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1280</b>	<b>34,47</b>	<b>32,37</b>	<b>147,04</b>	<b>1045,45</b>	