

Утверждаю:
Руководитель СПДС «Буратино» с.Узюково
Елизарова Ю.А.

1.Понедельник « 02 » октября 2023г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
91	Каша пшеничная молочная (новая)	200	5,97	8,91	23,46	197,35
1	Бутерброд с маслом с сыром (новое)	30/5/10	3,222	6,325	15,46	127,791
154	Чай с лимоном (новое)	180	0,04	0,004	9,1	35
Всего за Завтрак			9,232	15,239	48,02	360,141
Обед						
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1,13	4,56	4,09	64
76	Рассольник " Ленинградский" м/б (новое)	200	4,29	7,16	12	127,95
332	Макаронные изделия с маслом (новое)	150	4,3	3,8	27,2	163,9
72	Гуляш с курицей	80	11,83	14,11	4,13	190,24
163	Компот из свежемороженой Черной смородины (новое)	180	0,237	0,065	19,499	74,782
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95
Всего за Обед			1	27,587	30,795	102,119
Полдник						
39	Печенье	20	1,8	2,9	18,7	104,2
150	Какао на молоке (новое)	180	4,32	4,86	15,2	118,61
Всего за Полдник			6,12	7,76	33,9	222,81
Ужин						
47	Оладьи с повидлом (новое)	100/20	8,11	8,83	37,72	263,04
158	Напиток из кураги (новое)	180	0,518	0,027	18,129	75,215
Всего за Ужин			8,628	8,857	55,849	338,255
Всего за день			2	51,567	62,651	239,888