

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

2.Понедельник « 09 » октября 2023г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
55	Суп молочный с вермишелью (новое)	200	5,28	8,51	20,36	178,01
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			8,542	14,839	44,92	340,801
Обед						
31	Салат из квашенной капусты	60	0,3	4,393	3,498	53,222
36	Свекольник с яйцом и сметаной м/б (новое)	200	3,94	6,07	10,39	110,04
88	Жаркое по домашнему с курицей	180	14,8	18,5	31,3	332,6
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			25,077	30,128	99,887	736,644
Полдник						
39	Печенье	20	1,8	2,9	18,7	104,2
399	Сок (новое)	150	0,9	0,2	17,7	50,3
Всего за Полдник			2,7	3,1	36,4	154,5
Ужин						
110	Омлет натуральный с маслом	110	9,01	12,51	2,24	156,25
147	Хлеб пшеничный	40	2,37	0,3	14,49	70,5
152	Чай с сахаром (новое)	180	0,36	0,009	0,07	2,5
Всего за Ужин			11,74	12,819	16,8	229,25
Всего за день			2	48,059	60,886	1 461,195