

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

2.Среда « 12 » апреля 2023г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
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
150	Какао на молоке (новое)	180	4,32	4,86	15,2	118,61
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>13,512</b>	<b>20,095</b>	<b>54,12</b>	<b>443,751</b>
<b>Обед</b>						
65	Салат из редиса и зелени (новое)	60	0,94	4,01	3,6	53,58
58	Щи куриные из свежей капусты со сметаной м/б (новое)	200	7,69	10,3	12,27	166,86
313	Каша гречневая рассыпчатая (новое)	150	6,33	5,65	31,1	204,9
70	Котлеты ( биточки) говяжьи (новое)	70	8,44	6,88	6,13	119,98
179	Соус томатный (новое)	40	0,391	2,159	3,081	32,552
157	Компот из кураги (новое)	180	0,575	0,029	18,127	76,289
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95
<b>Всего за Обед</b>			<b>30,166</b>	<b>30,128</b>	<b>109,508</b>	<b>820,161</b>
<b>Полдник</b>						
55	Вафля	20	4,8	1,5	26,3	18
169	Кисель (новое)	180	0,289	0,105	22,985	87,669
<b>Всего за Полдник</b>			<b>5,089</b>	<b>1,605</b>	<b>49,285</b>	<b>105,669</b>
<b>Ужин</b>						
332	Макаронные изделия с маслом (новое)	150	4,3	3,8	27,2	163,9
209	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63
154	Чай с лимоном (новое)	180	0,04	0,004	9,1	35
<b>Всего за Ужин</b>			<b>9,44</b>	<b>8,404</b>	<b>36,6</b>	<b>261,9</b>
<b>Всего за день</b>			<b>2</b>	<b>58,207</b>	<b>60,232</b>	<b>249,513</b>
						<b>1 631,481</b>

