

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

1.Вторник « 18 » апреля 2023г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	
			Б	Ж	У		
Завтрак							
311	Каша Овсяная " Геркулесовая" молочная (новое)	200	5,87	9,51	21,16	188,76	
2	Бутерброд с маслом (новое)	30/5	2,882	5,617	14,123	124,315	
151	Кофейный напиток на молоке (новое)	180	5,71	6,4	22,88	169,16	
Всего за Завтрак			14,462	21,527	58,163	482,235	
Обед							
70	Огурцы порционно	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
58	Щи куриные из свежей капусты со сметаной м/б (новое)	200	7,69	10,3	12,27	166,86	
315	Каша рисовая рассыпчатая (новое)	150	2,93	2,82	20,87	122	
66	Котлеты (биточки) рыбные (новое)	70	9,41	2,26	2,64	69,13	
179	Соус томатный (новое)	40	0,391	2,159	3,081	32,552	
250	Компот из сухих фруктов (новое)	180	0,32	0,066	17,8	68,44	
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			27,021	18,765	93,361	633,382	
Полдник							
37	Сушка	20	0,995	2,15	13,65	65,112	
405	Кисломолочный продукт Йогурт	180	6	4,8	6,3	100,5	
Всего за Полдник			6,995	6,95	19,95	165,612	
Ужин							
212	Творожно-вермишелевая запеканка со сгущенным молоком	150/20	12,21	11,66	31,2	283	
154	Чай с лимоном (новое)	180	0,04	0,004	9,1	35	
Всего за Ужин			12,25	11,664	40,3	318	
Всего за день			2	60,728	58,906	211,774	1 599,229