

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

1.Вторник « 19 » сентября 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