

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

2.Пятница « 29 » _____ сентября _____ 2023г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
130	Запеканка из творога со сгущенным молоком (новое)	150/20	18,79	12,995	20,55	269,175
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			22,052	19,324	45,11	431,966
Обед						
36	Салат из свеклы с соленым огурцом	60	0,745	4,54	3,73	61
35	Суп картофельный с вермишелью м/б (новое)	200	1,6	3,9	12,42	90,87
58	Плов с мясом (новое)	180	12,9	14,6	37,74	324,32
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			21,365	24,206	106,89	710,63
Полдник						
140	Булочка с крошкой	60	4,33	8,26	30,75	176,8
150	Какао на молоке (новое)	180	4,32	4,86	15,2	118,61
Всего за Полдник			8,65	13,12	45,95	295,41
Ужин						
38	Суп из рыбных консервов (новое)	200	4,24	5,2	20,24	112,8
147	Хлеб пшеничный	40	2,37	0,3	14,49	70,5
264	Чай с мармеладом	180	0,138	0,176	12,156	47,273
Всего за Ужин			6,748	5,676	46,886	230,573
Всего за день			2	58,815	62,326	244,836
						1 668,579