

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

2.Четверг « 02 » февраля 2023г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
311	Каша Овсяная " Геркулесовая" молочная	200	5,87	9,51	21,16	188,76
2	Бутерброд с маслом	30/5	2,882	5,617	14,123	124,315
154	Чай с лимоном	180	0,04	0,004	9,1	35
Всего за Завтрак			8,792	15,131	44,383	348,075
Обед						
75	Редька зеленая порционно	60	0,48	0,06	1,5	8,4
42	Суп с мучными клецками м/б	200	6,08	7,83	16,99	158,8
79	Овощное рагу с мясом	180	15,83	17,93	14,85	190,13
163	Компот из свежемороженой Черной смородины	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			28,427	26,985	88,039	598,112
Полдник						
4	Хлеб пшеничный со сгущенкой	20/20	2,37	3,912	28,02	150,01
151	Кофейный напиток на молоке	180	5,71	6,4	22,88	169,16
Всего за Полдник			8,08	10,312	50,9	319,17
Ужин						
189	Биточки манные с повидлом	160/20	9,49	7,18	48,66	298,43
158	Напиток из кураги	180	0,518	0,027	18,129	75,215
Всего за Ужин			10,008	7,207	66,789	373,645
Всего за день			55,307	59,635	250,111	1 639,002