

1. Четверг « 09 » июня 2022г

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества (г) |               |                | Энергетическая ценность (Ккал) |
|--------|--------------------------------------|--------------|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------|
|        |                                      |              | Б                    | Ж             | У              |                                |
|        | <b>Завтрак</b>                       |              |                      |               |                |                                |
| 92     | Каша рисовая молочная                | 200          | 4,86                 | 8,48          | 22,23          | 183,86                         |
| 2      | Бутерброд с маслом (новое)           | 30/5         | 2,882                | 5,617         | 14,123         | 124,315                        |
| 152    | Чай с сахаром (новое)                | 180          | 0,36                 | 0,009         | 0,07           | 2,5                            |
|        | <b>Всего за Завтрак</b>              |              | <b>8,102</b>         | <b>14,106</b> | <b>36,423</b>  | <b>310,675</b>                 |
|        | <b>Обед</b>                          |              |                      |               |                |                                |
| 70     | Помидоры порционно                   | 60           | 0,48                 | 0,06          | 1,5            | 8,4                            |
| 44     | Суп гороховый с гречками м/б (новое) | 200          | 7,13                 | 6,22          | 17,41          | 152,41                         |
| 78     | Овощное рагу с курицей (новое)       | 180          | 15,83                | 17,93         | 14,85          | 190,13                         |
| 250    | Компот из сухих фруктов (новое)      | 180          | 0,32                 | 0,066         | 17,8           | 68,44                          |
| 148    | Хлеб ржано-пшеничный                 | 40           | 3,4                  | 0,7           | 20,1           | 95                             |
|        | <b>Всего за Обед</b>                 | <b>1</b>     | <b>27,16</b>         | <b>24,976</b> | <b>71,66</b>   | <b>514,38</b>                  |
|        | <b>Полдник</b>                       |              |                      |               |                |                                |
| 39     | Печенье                              | 20           | 1,8                  | 2,9           | 18,7           | 104,2                          |
| 151    | Кофейный напиток на молоке (новое)   | 180          | 5,71                 | 6,4           | 22,88          | 169,16                         |
|        | <b>Всего за Полдник</b>              |              | <b>7,51</b>          | <b>9,3</b>    | <b>41,58</b>   | <b>273,36</b>                  |
|        | <b>Ужин</b>                          |              |                      |               |                |                                |
| 66     | Блины с повидлом                     | 100/20       | 6,24                 | 8,1           | 34,31          | 234                            |
| 158    | Напиток из шиповника (новое)         | 180          | 0,41                 | 0,04          | 15,58          | 61,82                          |
|        | <b>Всего за Ужин</b>                 |              | <b>6,65</b>          | <b>8,14</b>   | <b>49,89</b>   | <b>295,82</b>                  |
|        | <b>Всего за день</b>                 | <b>2</b>     | <b>49,422</b>        | <b>56,522</b> | <b>199,553</b> | <b>1 394,235</b>               |