

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

2.Пятница « 09 » сентября 2022г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
92	Каша рисовая молочная	200	4,86	8,48	22,23	183,86
1	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	3,222	6,325	15,46	127,791
151	Кофейный напиток на молоке	180	5,71	6,4	22,88	169,16
Всего за Завтрак			13,792	21,205	60,57	480,811
Обед						
26	Помидор порционно	20	0,055	0,434	0,41	53,657
49	Суп куриный с лапшой	200	7,82	8,18	15,14	156
161	Пюре из гороха с маслом	150	11,5	4,65	28,55	198,9
67	Рыбное суфле	70	12,1	4,45	1,52	95
250	Компот из сухих фруктов	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			37,595	18,88	98,62	737,997
Полдник						
149	Пряник	60	3,586	4,942	30,67	173,84
399	Сок	150	0,9	0,2	17,7	50,3
Всего за Полдник			4,486	5,142	48,37	224,14
Ужин						
32	Винегрет	160	1,368	3,523	4,669	54,681
154	Чай с лимоном	180	0,04	0,004	9,1	35
Всего за Ужин			1,408	3,527	13,769	89,681
Всего за день			2	57,281	48,754	221,329