

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

2.Четверг « 11 » августа 2022г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
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
154	Чай с лимоном (новое)	180	0,04	0,004	9,1	35
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>8,792</b>	<b>15,131</b>	<b>44,383</b>	<b>348,075</b>
<b>Обед</b>						
35	Помидор свежий порционно	40	0,5	4,02	2,23	45,3
42	Суп с мучными клецками м/б (новое)	200	6,08	7,83	16,99	158,8
117	Бигос капуста тушенная с курицей	180	14,66	15,91	10,8	242,27
163	Компот из свежемороженой Черной смородины (новое)	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
<b>Всего за Обед</b>			<b>27,277</b>	<b>28,925</b>	<b>84,719</b>	<b>687,152</b>
<b>Полдник</b>						
39	Печенье	20	1,8	2,9	18,7	104,2
150	Какао на молоке (новое)	180	4,32	4,86	15,2	118,61
<b>Всего за Полдник</b>			<b>6,12</b>	<b>7,76</b>	<b>33,9</b>	<b>222,81</b>
<b>Ужин</b>						
94	Каша гречневая молочная (новое)	200	4,72	8,46	20,81	177,26
147	Хлеб пшеничный	40	2,37	0,3	14,49	70,5
264	Чай с сахаром	180	0,138	0,176	12,156	47,273
<b>Всего за Ужин</b>			<b>7,228</b>	<b>8,936</b>	<b>47,456</b>	<b>295,033</b>
<b>Всего за день</b>			<b>49,417</b>	<b>60,752</b>	<b>210,458</b>	<b>1 553,07</b>