

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

2.Вторник « 12 » июля 2022г

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (Ккал) |
|-------------------------|--|--------------|----------------------|---------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | |
| 96 | Каша манная молочная (новое) | 200 | 5,22 | 8,46 | 20,35 | 176,96 |
| 2 | Бутерброд с маслом (новое) | 30/5 | 2,882 | 5,617 | 14,123 | 124,315 |
| 150 | Какао на молоке (новое) | 180 | 4,32 | 4,86 | 15,2 | 118,61 |
| Всего за Завтрак | | | 12,422 | 18,937 | 49,673 | 419,885 |
| Обед | | | | | | |
| 15 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,58 | 3,68 | 1,85 | 42,84 |
| 41 | Суп крестьянский с пшеном с сметаной м/б (новое) | 200 | 4,53 | 7,22 | 12,02 | 130,6 |
| 88 | Жаркое по домашнему с курицей | 180 | 14,8 | 18,5 | 31,3 | 332,6 |
| 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 | | | 1 | 26,03 | 30,566 | 98,17 |
| Полдник | | | | | | |
| 34 | Пряник | 30 | 9,7 | 3,1 | 52,6 | 59 |
| 401 | Кисломолочный продукт Снежок | 180 | 6 | 4,8 | 6,3 | 100,5 |
| Всего за Полдник | | | 15,7 | 7,9 | 58,9 | 159,5 |
| Ужин | | | | | | |
| 104 | Макароны с сыром (новое) | 150/8 | 4,3 | 5,5 | 27,3 | 178,9 |
| 154 | Чай с лимоном (новое) | 180 | 0,04 | 0,004 | 9,1 | 35 |
| Всего за Ужин | | | 4,34 | 5,504 | 36,4 | 213,9 |
| Всего за день | | | 2 | 58,492 | 62,907 | 243,143 |
| | | | | | | 1 533,765 |