

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

2.Среда « 13 » июля 2022г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
91	Каша пшенная молочная (новая)	200	5,97	8,91	23,46	197,35
1	Бутерброд с маслом с сыром (новое)	30/5/10	3,222	6,325	15,46	127,791
151	Кофейный напиток на молоке (новое)	180	5,71	6,4	22,88	169,16
Всего за Завтрак			14,902	21,635	61,8	494,301
Обед						
70	Огурцы порционно	60	0,48	0,06	1,5	8,4
36	Свекольник с яйцом и сметаной м/б (новое)	200	3,94	6,07	10,39	110,04
57	Плов с курами	180	15,9	21,3	43,6	415,8
157	Компот из кураги (новое)	180	0,575	0,029	18,127	76,289
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			26,695	28,559	108,817	776,529
Полдник						
55	Вафля	20	4,8	1,5	26,3	18
158	Напиток из шиповника (новое)	180	0,41	0,04	15,58	61,82
Всего за Полдник			5,21	1,54	41,88	79,82
Ужин						
130	Запеканка из творога со сгущенным молоком (новое)	150/20	18,79	12,995	20,55	269,175
152	Чай с сахаром (новое)	180	0,36	0,009	0,07	2,5
Всего за Ужин			19,15	13,004	20,62	271,675
Всего за день			2	65,957	64,738	233,117