

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

2.Вторник « 14 » июня 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							
36	Салат из свеклы с соленым огурцом	60	0,745	4,54	3,73	61	
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	26,195	31,426	100,05	758,64
Полдник							
39	Печенье	20	1,8	2,9	18,7	104,2	
405	Кисломолочный продукт Йогурт	180	6	4,8	6,3	100,5	
Всего за Полдник			7,8	7,7	25	204,7	
Ужин							
332	Макаронные изделия с маслом (новое)	150	4,3	3,8	27,2	163,9	
209	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	
154	Чай с лимоном (новое)	180	0,04	0,004	9,1	35	
Всего за Ужин			9,44	8,404	36,6	261,9	
Всего за день			2	55,857	66,467	211,323	1 645,125