

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

2.Четверг « 14 » июля 2022г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
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
Всего за Завтрак			8,792	15,131	44,383	348,075
Обед						
70	Помидоры порционно	60	0,48	0,06	1,5	8,4
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
Всего за Обед			27,257	24,965	83,989	650,252
Полдник						
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
Всего за Полдник			6,12	7,76	33,9	222,81
Ужин						
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
152	Чай с сахаром (новое)	180	0,36	0,009	0,07	2,5
Всего за Ужин			7,45	8,769	35,37	250,26
Всего за день			49,619	56,625	197,642	1 471,397