

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

2.Среда « 15 » июня 2022г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
91	Каша пшеничная 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						
31	Салат из квашенной капусты	60	0,3	4,393	3,498	53,222
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			26,515	32,892	110,815	821,351
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
154	Чай с лимоном (новое)	180	0,04	0,004	9,1	35
Всего за Ужин			18,83	12,999	29,65	304,175
Всего за день			2	65,457	69,066	244,145
						1 699,647