

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

2.Пятница « 15 » июля 2022г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	
			Б	Ж	У		
Завтрак							
92	Каша рисовая молочная (новое)	200	4,86	8,48	22,23	183,86	
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			13,792	21,205	60,57	480,811	
Обед							
65	Салат из редиса и зелени (новое)	60	0,94	4,01	3,6	53,58	
49	Суп куриный с лапшой (новое)	200	7,82	8,18	15,14	156	
161	Пюре из гороха с маслом (новое)	150	11,5	4,65	28,55	198,9	
67	Рыбное суфле	70	12,1	4,45	1,52	95	
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			38,48	22,456	101,81	737,92	
Полдник							
34	Пряник	30	9,7	3,1	52,6	59	
399	Сок (новое)	150	0,9	0,2	17,7	50,3	
Всего за Полдник			10,6	3,3	70,3	109,3	
Ужин							
32	Винегрет	160	1,368	3,523	4,669	54,681	
147	Хлеб пшеничный	40	2,37	0,3	14,49	70,5	
154	Чай с лимоном (новое)	180	0,04	0,004	9,1	35	
Всего за Ужин			3,778	3,827	28,259	160,181	
Всего за день			2	66,65	50,788	260,939	1 488,212