

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

1.Понедельник « 23 » мая 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	
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			8,892	14,531	46,683	356,665	
Обед							
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1,13	4,56	4,09	64	
76	Рассольник " Ленинградский" м/б (новое)	200	4,29	7,16	12	127,95	
109	Картофельное пюре (новое)	180	2,8	5,2	20	137	
72	Гуляш с курицей	80	11,83	14,11	4,13	190,24	
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			1	26,087	32,195	94,919	759,972
Полдник							
39	Печенье	20	1,8	2,9	18,7	104,2	
158	Напиток из шиповника (новое)	180	0,41	0,04	15,58	61,82	
Всего за Полдник			2,21	2,94	34,28	166,02	
Ужин							
189	Биточки манные с повидлом	160/20	9,49	7,18	48,66	298,43	
153	Чай с молоком (новое)	180	2,1	2,4	11,53	73,42	
Всего за Ужин			11,59	9,58	60,19	371,85	
Всего за день			2	48,779	59,246	236,072	1 654,507