

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

1.Четверг « 23 » июня 2022г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
110	Омлет натуральный с маслом	110	9,01	12,51	2,24	156,25
2	Бутерброд с маслом (новое)	30/5	2,882	5,617	14,123	124,315
152	Чай с сахаром (новое)	180	0,36	0,009	0,07	2,5
Всего за Завтрак			12,252	18,136	16,433	283,065
Обед						
70	Помидоры порционно	60	0,48	0,06	1,5	8,4
44	Суп гороховый с гречками м/б (новое)	200	7,13	6,22	17,41	152,41
79	Овощное рагу с курицей	180	15,83	17,93	14,85	190,13
250	Компот из сухих фруктов (новое)	180	0,32	0,066	17,8	68,44
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95
Всего за Обед			27,16	24,976	71,66	514,38
Полдник						
39	Печенье	20	1,8	2,9	18,7	104,2
151	Кофейный напиток на молоке (новое)	180	5,71	6,4	22,88	169,16
Всего за Полдник			7,51	9,3	41,58	273,36
Ужин						
66	Блины с повидлом	100/20	6,24	8,1	34,31	234
158	Напиток из шиповника (новое)	180	0,41	0,04	15,58	61,82
Всего за Ужин			6,65	8,14	49,89	295,82
Всего за день			53,572	60,552	179,563	1 366,625