

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

1.Пятница « 26 » августа 2022г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
92	Каша рисовая молочная	200	4,86	8,48	22,23	183,86
1	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	3,222	6,325	15,46	127,791
151	Кофейный напиток на молоке	180	5,71	6,4	22,88	169,16
Всего за Завтрак			13,792	21,205	60,57	480,811
Обед						
23	Салат из свежей капусты и моркови	60	0,94	4,01	3,6	53,58
49	Суп куриный с лапшой	200	7,82	8,18	15,14	156
161	Пюре из гороха с маслом	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	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						
65	Блины со сгущенкой	100/20	6,24	8,1	34,31	243
154	Чай с лимоном	180	0,04	0,004	9,1	35
Всего за Ужин			6,28	8,104	43,41	278
Всего за день			2	69,152	55,065	276,09
1 606,031						