

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		
<b>Завтрак</b>							
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	
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>13,792</b>	<b>21,205</b>	<b>60,57</b>	<b>480,811</b>	
<b>Обед</b>							
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	
<b>Всего за Обед</b>			<b>38,48</b>	<b>22,456</b>	<b>101,81</b>	<b>737,92</b>	
<b>Полдник</b>							
34	Пряник	30	9,7	3,1	52,6	59	
399	Сок (новое)	150	0,9	0,2	17,7	50,3	
<b>Всего за Полдник</b>			<b>10,6</b>	<b>3,3</b>	<b>70,3</b>	<b>109,3</b>	
<b>Ужин</b>							
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	
<b>Всего за Ужин</b>			<b>6,28</b>	<b>8,104</b>	<b>43,41</b>	<b>278</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>2</b>	<b>69,152</b>	<b>55,065</b>	<b>276,09</b>	<b>1 606,031</b>