

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

2.Вторник « 28 » июня 2022г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
96	Каша манная молочная (новое)	200	5,22	8,46	20,35	176,96
2	Бутерброд с маслом (новое)	30/5	2,882	5,617	14,123	124,315
150	Какао на молоке (новое)	180	4,32	4,86	15,2	118,61
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>12,422</b>	<b>18,937</b>	<b>49,673</b>	<b>419,885</b>
<b>Обед</b>						
15	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,58	3,68	1,85	42,84
41	Суп крестьянский с пшеном с сметаной м/б (новое)	200	4,53	7,22	12,02	130,6
88	Жаркое по домашнему с курицей	180	14,8	18,5	31,3	332,6
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
<b>Всего за Обед</b>			<b>1</b>	<b>26,03</b>	<b>30,566</b>	<b>98,17</b>
<b>Полдник</b>						
39	Печенье	20	1,8	2,9	18,7	104,2
405	Кисломолочный продукт Йогурт	180	6	4,8	6,3	100,5
<b>Всего за Полдник</b>			<b>7,8</b>	<b>7,7</b>	<b>25</b>	<b>204,7</b>
<b>Ужин</b>						
332	Макаронные изделия с маслом (новое)	150	4,3	3,8	27,2	163,9
209	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63
154	Чай с лимоном (новое)	180	0,04	0,004	9,1	35
<b>Всего за Ужин</b>			<b>9,44</b>	<b>8,404</b>	<b>36,6</b>	<b>261,9</b>
<b>Всего за день</b>			<b>2</b>	<b>55,692</b>	<b>65,607</b>	<b>209,443</b>
						<b>1 626,965</b>