

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

2.Пятница « 23 » мая 2025г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
189	Каша пшеничная молочная	200	5,27	8,51	11,66	192,76
1	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	3,222	6,325	15,46	127,791
150	Какао на молоке	180	4,32	4,86	15,2	118,61
	Всего за Завтрак		12,812	19,695	42,32	439,161
	Обед					
70	Помидоры порционно	60	0,48	0,06	1,5	8,4
40	Суп харчо м/б	200	4,53	7,22	12,02	130,6
117	Капуста тушеная с курицей	180	14,66	15,91	10,8	242,27
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	1	25,79	24,356	77,32	615,71
	Полдник					
149	Рогалик с повидлом	60	3,586	4,942	30,67	173,84
399	Сок	150	0,9	0,2	17,7	50,3
	Всего за Полдник		4,486	5,142	48,37	224,14
	Ужин					
130	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	18,79	12,995	20,55	269,175
264	Чай с мармеладом	180	0,138	0,176	12,156	47,273
	Всего за Ужин		18,928	13,171	32,706	316,448
	Всего за день	2	62,016	62,364	200,716	1 595,459