

бдень							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша мол рисовая вязкая с маслом	150	6,08	3,21	22,65	138,00	106
	Хлеб пшеничный	40	1,83	0,48	14,33	79,33	
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	5
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,76	30,96	261
Итого:		395	7,94	7,315	44,80	281,29	
	Печенье сахарное	20	2,0	2,6	4,1	53,6	пп
	Напиток апельсиновый	200	0,10	0,00	9,64	37,11	тк
Итого:		220	2,1	2,6	13,7	90,7	
Обед							
	Суп картофельный с бобовыми	150	4,30	3,99	16,57	118,00	62
	Пюре картофельное	110	2,24	3,52	14,97	101,20	216
	Котлета из говядины	50	5,60	7,16	5,11	106,52	181
	Хлеб пшеничный	20	0,91	0,24	7,17	39,67	
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	17,92	72,00	251
Итого:		480	13,17	15,03	61,74	437,39	
Полдник							
	Сочни из песочного теста с творогом	80	9,52	10	31,6	244,48	тк
	Чай с лимоном	150	0,05	0,00	6,03	25,03	262
Итого:		230	9,57	10	37,625	269,505	
Итого за день:			32,78	34,90	157,89	1078,89	

Утверждаю: С.В. Селукова

« 07 » 06/07/2024

