

бдень							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша мол рисовая вязкая с маслом	200	8,10	4,28	30,20	184,00	106
	Хлеб пшеничный	40	1,83	0,48	14,33	79,33	
	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,00	5
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,76	30,96	261
Итого:		450	10,01	12,01	52,42	360,29	*
	Печенье сахарное	20	2,0	2,6	4,1	53,6	пп
Завтрак	Напиток апельсиновый	200	0,10	0,00	9,64	37,11	тгк
Итого:		220	2,1	2,6	13,7	90,7	
Обед							
	Суп картофельный с бобовыми	200	5,73	5,32	22,09	157,33	62
	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,42	138,00	216
	Котлета из говядины	70	7,84	10,02	7,16	149,13	181
	Хлеб пшеничный	30	1,37	0,36	10,75	59,50	
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	23,89	96,00	251
Итого:		650	18,16	20,66	84,30	599,96	
Полдник							
	Сочни из песочного теста с творогом	80	9,52	10	31,6	244,48	тгк
	Чай с лимоном	150	0,05	0,00	6,03	25,03	262
Итого:		230	9,6	10,0	37,6	269,5	
Итого за день:			39,8	45,2	188,1	1320,5	

Утверждаю:



В.В. Седукова

« 07 »

октября 2024г.