

7 день							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная вязкая с маслом	200	5,7	8,48	25,6	194,2	106
	Хлеб пшеничный	30	1,37	0,36	10,75	59,5	
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	266
Итого:		410	10,74	12,03	52,17	360,70	
2 завтрак	Фрукт	100	2,2	2,56	12,3	82	пп
Итого:		100	2,2	2,56	12,3	82	
Обед	Борщ с мясом со сметаной	200	7,12	5,82	11,03	128,00	54
	Рагу овощное с мясом	180	9,54	15,03	46,35	350,1	ТТК
	Хлеб пшеничный	50	2,28	0,60	17,92	99,17	
	Компот из изюма	200	0,40	0,00	16,33	63,11	253
Итого:		630	19,34	21,45	91,63	640,38	
Полдник	Пицца детская	80	8,59	9,63	21,33	202,67	ттк
	Компот из свежих плодов	200	0,133	0,000	18,360	74,347	251
Итого:		280	8,72	9,63	39,69	277,01	
Итого за день:			41,00	45,68	195,80	1360,09	

Утверждаю: И.В. Селукова

« 14 » август 2024 г.

