

Здень							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
день 3							
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	150	3,61	5,05	21,53	138,75	107
	Хлеб пшеничный	15	0,685	0,18	5,375	29,75	
	Какао с молоком	150	2,99	3,17	10,62	82,02	266 *
	Сыр порциями	5	1,32	1,33	0	18	6
Итого:		320	8,60	9,72	37,52	268,52	
2 Завтрак	Фрукт	100	2,2	2,56	12,3	91	пп
Итого:			2,2	2,56	12,3	91	
Обед	Щи из свежей капусты со сметаной 5г сметан	150	1,13	4,28	4,50	39,75	№6/2
	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,42	138,00	216
	Гуляш из мяса кур	50	6,055	5,03	17,545	150,01	ттк
	Хлеб пшеничный	40	1,83	0,48	14,33	79,33	
	Компот из изюма	150	0,3	0	12,25	47,33	253
Итого:		540	12,37	14,59	69,05	454,43	
Итого:	Булочка ванильная	50	7,9	9,1	16,7	178,0	ттк
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,00	13,77	55,76	251
Итого за день:		200	8,00	9,08	30,43	233,78	
Итого за день:			31,17	35,95	149,30	1047,73	

Утверждаю: С.В.А. /В.Е. Селукова/

« 22 » января 2025 года

