

Здень							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
день 3							
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	200	4,81	6,73	28,71	185,00	107
	Хлеб пшеничный	30	1,37	0,36	10,75	59,5	
	Какао с молоком	180	3,59	3,8	12,74	98,42	266
	Сыр порциями	5	1,32	1,33	0,00	18	6
Итого:		415	11,09	12,22	52,20	360,92	*
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 сметаны	200	1,50	5,70	6,00	53,00	№6/2
	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,42	138,00	216
	Гуляш из мяса кур	100	12,11	10,06	35,09	300,02	гтк
	Хлеб пшеничный	50	2,28	0,60	17,92	103,17	
	Компот из изюма	150	0,3	0	12,25	47,33	253
Итого:		650	19,26	21,16	91,67	641,52	
Полдник	Булочка ванильная	50	7,9	9,1	16,7	178,0	гтк
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,00	18,37	74,34	251
Итого:		250	8,04	9,08	35,03	252,36	
Итого за день:			40,59	45,02	191,20	1345,80	

Утверждаю: Селиванова / В.Е. Селукова/



« 22 » января 2025 года