

«Утверждаю»

Директор _____ В.В. Внуков

День понедельник Неделя: вторая (САД)

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
	ЗАВТРАК						
168	Каша манная вязкая с маслом и сахаром, молочная	200	4,30	3,88	33,77	187,62	
1	Бутерброд с маслом	45	2,76	8,49	16,45	153,0	
132	Чай с сахаром	180	10,8	2,75	11,7	44,35	
	ИТОГО		17,86	15,12	61,92	384,97	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
130	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46,0	
	ОБЕД						
18	Салат из отварной свеклы с чесноком с растительным маслом	60	0,99	4,25	5,1	62,12	
28	Борщ на мясном бульоне со сметаной	200	3,08	1,74	5,42	64,98	
93	Гуляш из отварного мяса в молочно-сметанном соусе	70	9,21	6,59	1,89	103,29	
56	Картофельное пюре	150	3,25	4,68	8,04	123,9	
122	Компот из сухофруктов	180	0,93	0	24,26	96,69	
	ИТОГО		17,46	17,26	44,71	519,97	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
138	Пирожок печеный с капустой	80	5,46	7,92	23,58	199,34	
125	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	4,8	4,8	21,96	147,84	
	ИТОГО		10,26	12,72	45,54	347,18	
	Хлеб пшеничный	80	4,05	0,5	24,4	121,0	
	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	21,25	129,5	
	ИТОГО		54,38	47,35	207,92	1548,62	
	ЦЕНА		123,13				