

«Утверждаю»

Директор \_\_\_\_\_ В.В. Внуков

День четверг Неделя: *первая (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
	<b><i>ЗАВТРАК</i></b>					
66	Каша из пшена и риса молочная жидкая («Дружба»)	200	6,32	10,18	26,34	223,16
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
	<b><i>ИТОГО</i></b>		<b>19,88</b>	<b>21,42</b>	<b>54,49</b>	<b>398,86</b>
	<b><i>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</i></b>					
	Банан	100	1,5	0,5	21,0	96,0
	<b><i>ОБЕД</i></b>					
28	Борщ на мясном бульоне со сметаной	200	3,08	1,74	5,42	64,98
65	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,41	6,27	35,68	234,44
93	Гуляш из отварного мяса в молочно- сметанном соусе	80	10,52	7,53	2,16	118,0
130	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	18,18	82,8
	<b><i>ИТОГО</i></b>		<b>22,59</b>	<b>20,01</b>	<b>66,15</b>	<b>560,76</b>
	<b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>					
77	Омлет натуральный	150	11,77	13,59	4,81	187,39
117	Какао-напиток на молоке	180	5,58	5,76	20,12	152,83
	<b><i>ИТОГО</i></b>		<b>17,35</b>	<b>19,35</b>	<b>24,93</b>	<b>340,22</b>
	Хлеб пшеничный	80	4,05	0,5	24,4	121,0
	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	21,25	129,5
	<b><i>ИТОГО</i></b>		<b>69,62</b>	<b>63,43</b>	<b>212,22</b>	<b>1646,34</b>
	<b><i>ЦЕНА</i></b>		<b>99,93</b>			