

«Утверждаю»

Директор \_\_\_\_\_ В.В. Внуков

День пятница Неделя: вторая (САД)

| №<br>п/п                       | Прием пищи,<br>наименование блюда                    | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) |
|--------------------------------|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|                                |  |              | Б                    | Ж            | У             |                                |
| 1                              | 2  | 3            | 4                    | 5            | 6             | 7                              |
| <b>ЗАВТРАК</b>                 |  |              |                      |              |               |                                |
| 68                             | Каша пшенная молочная<br>жидкая                      | 200          | 6,76                 | 10,42        | 25,86         | 224,94                         |
| 1                              | Бутерброд с маслом                                   | 45           | 2,76                 | 8,49         | 16,45         | 153,0                          |
| 126                            | Кофеинный напиток<br>витаминизированный на<br>молоке | 200          | 4,58                 | 5,04         | 21,5          | 145,34                         |
| <b>ИТОГО</b>                   |  |              | <b>14,1</b>          | <b>23,95</b> | <b>63,81</b>  | <b>523,28</b>                  |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>          |  |              |                      |              |               |                                |
|                                | Яблоко   | 100          | 0,41                 | 0,41         | 10,09         | 45,32                          |
| <b>ОБЕД</b>                    |  |              |                      |              |               |                                |
| 41                             | Суп рыбный   | 200          | 12,74                | 0,6          | 9,22          | 105,44                         |
| 60                             | Сложный гарнир (рис<br>отварной, овощи<br>тушеные)   | 150          | 4,51                 | 5,85         | 25,39         | 173,79                         |
| 86                             | Котлеты рыбные<br>любительские                       | 80           | 17,88                | 2,48         | 4,76          | 109,30                         |
| 118                            | Кисель<br>витаминизированный                         | 180          | 0                    | 0            | 17,64         | 72,0                           |
| <b>ИТОГО</b>                   |  |              | <b>35,13</b>         | <b>8,93</b>  | <b>57,01</b>  | <b>460,53</b>                  |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ<br/>ПОЛДНИК</b> |  |              |                      |              |               |                                |
| 5                              | Салат<br>витаминизированный с<br>растительным маслом | 60           | 0,68                 | 4,29         | 4,72          | 60,54                          |
| 94                             | Жаркое по-домашнему                                  | 150          | 7,96                 | 8,14         | 14,55         | 182,80                         |
| 130                            | Сок фруктовый  | 200          | 1,0                  | 0,2          | 20,2          | 92,0                           |
| <b>ИТОГО</b>                   |  |              | <b>9,64</b>          | <b>12,63</b> | <b>39,47</b>  | <b>335,34</b>                  |
|                                | Хлеб пшеничный                                       | 80           | 4,05                 | 0,5          | 24,4          | 121,0                          |
|                                | Хлеб ржаной  | 50           | 4,25                 | 1,65         | 21,25         | 129,5                          |
| <b>ИТОГО</b>                   |  |              | <b>67,58</b>         | <b>48,07</b> | <b>216,03</b> | <b>1614,97</b>                 |
| <b>ЦЕНА</b>                    |  |              | <b>123,13</b>        |              |               |                                |

