

«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 |
| | ЗАВТРАК | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | | 19,88 | 21,42 | 54,49 | 398,86 |
| | ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | |
| | Банан | 100 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 96,0 |
| | ОБЕД | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | | 22,59 | 20,01 | 66,15 | 560,76 |
| | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | | 17,35 | 19,35 | 24,93 | 340,22 |
| | Хлеб пшеничный | 80 | 4,05 | 0,5 | 24,4 | 121,0 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4,25 | 1,65 | 21,25 | 129,5 |
| | ИТОГО | | 69,62 | 63,43 | 212,22 | 1646,34 |
| | ЦЕНА | | 99,93 | | | |