

«Утверждаю»

Директор \_\_\_\_\_ В.В. Внуков

День понедельник 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><i>ЗАВТРАК</i></b>                                     |              |                      |              |               |                                |
| 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                          |
|          | <b><i>ИТОГО</i></b>                                       |              | <b>17,86</b>         | <b>15,12</b> | <b>61,92</b>  | <b>384,97</b>                  |
|          | <b><i>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</i></b>                              |              |                      |              |               |                                |
| 130      | Сок фруктовый                                             | 100          | 0,5                  | 0,1          | 10,1          | 46,0                           |
|          | <b><i>ОБЕД</i></b>                                        |              |                      |              |               |                                |
| 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                          |
|          | <b><i>ИТОГО</i></b>                                       |              | <b>17,46</b>         | <b>17,26</b> | <b>44,71</b>  | <b>519,97</b>                  |
|          | <b><i>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</i></b>                         |              |                      |              |               |                                |
| 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                         |
|          | <b><i>ИТОГО</i></b>                                       |              | <b>10,26</b>         | <b>12,72</b> | <b>45,54</b>  | <b>347,18</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>54,38</b>         | <b>47,35</b> | <b>207,92</b> | <b>1548,62</b>                 |
|          | <b><i>ЦЕНА</i></b>                                        |              | <b>123,13</b>        |              |               |                                |