

«Утверждаю»

Директор _____ В.В. Внуков

День вторник 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					
64	Каша гречневая молочная жидкая	150	5,23	7,81	18,75	166,78
1/1	Бутерброд с сыром	50	5,81	12,37	13,38	190,58
117	Какао-напиток витаминизированный на молоке	180	5,58	5,76	20,12	152,84
	ИТОГО		16,62	25,94	52,25	510,2
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
	Груша	100	0,4	0,33	10,33	45,53
	ОБЕД					
19	Салат из помидоров и огурцов с репчатым луком и растительным маслом	60	0,59	4,28	2,28	56,58
40	Суп овсяной на мясном бульоне	180	3,6	2,30	9,63	91,40
75	Отварная вермишель с маслом	130	5,07	5,33	27,09	179,72
99	Котлета мясная рубленая паровая	70	10,29	4,13	3,80	87,53
130	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	18,18	82,8
	ИТОГО		20,45	16,22	60,98	498,03
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК					
57	Овощное рагу	150	3,75	5,08	14,44	126,31
132	Чай с сахаром	180	10,8	2,75	11,7	44,35
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,1
	Итого		16,8	11,37	48,61	295,76
	Хлеб пшеничный	80	4,05	0,5	24,4	121,0
	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	21,25	129,5
	ИТОГО		62,57	56,01	217,82	1631,73
	ЦЕНА		99,93			