

«Утверждаю»

Директор _____ В.В. Внуков

День пятница 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 | | | | | |
| 67/1 | Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая | 200 | 6,66 | 11,0 | 22,64 | 216,44 |
| 1 | Бутерброд с маслом | 45 | 2,76 | 8,49 | 16,45 | 153,0 |
| 117 | Какао-напиток витаминизированный на молоке | 180 | 5,58 | 5,76 | 20,12 | 152,83 |
| | ИТОГО | | 15,0 | 25,25 | 59,21 | 522,27 |
| | ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | |
| | Яблоко | 100 | 0,41 | 0,41 | 10,09 | 45,32 |
| | ОБЕД | | | | | |
| 11 | Салат из репчатого лука | 60 | 0,79 | 3,71 | 4,67 | 55,26 |
| 36 | Суп картофельный на мясном бульоне со сметаной | 200 | 3,78 | 2,0 | 15,5 | 112,52 |
| 88 | Рыба тушеная в томате с овощами | 80 | 7,57 | 3,97 | 3,52 | 80,03 |
| 48 | Капуста тушеная | 130 | 2,75 | 5,82 | 6,04 | 103,74 |
| 118 | Кисель витаминизированный | 180 | 0 | 0 | 17,64 | 72,0 |
| | ИТОГО | | 14,89 | 15,5 | 47,37 | 468,87 |
| | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | |
| 80 | Запеканка творожная с изюмом | 150 | 21,24 | 14,58 | 17,71 | 290,26 |
| 132 | Чай с сахаром | 180 | 10,8 | 2,75 | 11,7 | 44,35 |
| | ИТОГО | | 32,04 | 17,33 | 29,41 | 334,61 |
| | Хлеб пшеничный | 80 | 4,05 | 0,5 | 24,4 | 121,0 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4,25 | 1,65 | 21,25 | 129,5 |
| | ИТОГО | | 70,64 | 60,64 | 191,73 | 1621,57 |
| | ЦЕНА | | 99,93 | | | |

