

«Утверждаю»

Директор _____ В.В. Внуков

День понедельник 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 | | | | | |
| 168 | Каша манная вязкая с маслом и сахаром, молочная | 200 | 4,30 | 3,88 | 33,77 | 187,62 |
| 1/1 | Бутерброд с сыром | 50 | 5,81 | 12,37 | 13,38 | 190,58 |
| 132 | Чай с сахаром | 180 | 10,8 | 2,75 | 11,7 | 44,35 |
| | ИТОГО | | 20,91 | 19,0 | 58,85 | 422,55 |
| | ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | |
| | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 |
| | ОБЕД | | | | | |
| 42 | Суп рыбный из консервов | 200 | 8,14 | 2,08 | 13,32 | 120,68 |
| 56 | Пюре картофельное | 150 | 3,25 | 9,56 | 8,04 | 123,9 |
| 99 | Котлета мясная рубленая паровая | 70 | 10,29 | 4,14 | 3,81 | 87,53 |
| 20 | Салат из помидоров с репчатым луком с растительным маслом | 60 | 0,66 | 4,29 | 2,7 | 53,31 |
| 122 | Компот из сухофруктов | 180 | 0,93 | 0 | 24,26 | 96,69 |
| | ИТОГО | | 23,27 | 20,07 | 52,13 | 482,11 |
| | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | |
| 274 | Булочка домашняя | 80 | 5,77 | 11,0 | 38,31 | 203,08 |
| 134 | Чай сладкий с молоком | 180 | 2,8 | 2,9 | 15,93 | 98,35 |
| | ИТОГО | | 8,57 | 13,9 | 54,24 | 301,43 |
| | Хлеб пшеничный | 80 | 4,05 | 0,5 | 24,4 | 121,0 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4,25 | 1,65 | 21,25 | 129,5 |
| | ИТОГО | | 61,45 | 55,52 | 222,7 | 1500,99 |
| | ЦЕНА | | 99,93 | | | |