

«Утверждаю»

Директор \_\_\_\_\_ В.В. Внуков

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