УТВЕРЖДАЮ

**23.01.2024** \_\_\_\_\_Е.Н. Букреева

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование** | **Вес** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети-** | **N** |
|  | **блюда** | **блюда** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ческая ценность** | **рецептуры** |
| **ЗАВТРАК** | - Макароны с творогом | 140 | 5,75 | 4,9 | 73,08 | 359,42 | 117 |
|  | - Какао с молоком | 200 | 0,2 | 0 | 14,0 | 28,0 | 19 |
| - Хлеб со сливочным маслом | 40/5 | 4,0 | 4,9 | 17,0 | 142,0 | 42 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  |  | **9,95** | **9,8** | **104,08** | **529,42** |  |
| **2 ЗАВТРАК** | - Яблоко | 45,45 | 0,46 | 0 | 11,96 | 51,75 | 52 |
| **ИТОГО ЗА 2**  **ЗАВТРАК** |  |  | **0,46** | **0** | **11,96** | **51,75** |  |
| **ОБЕД** | - Салат из вареной свёклы | 45 | 0,4 | 2,8 | 2,8 | 38,8 | 60 |
| - Рассольник со сметаной на курином бульоне | 250 | 8,1 | 4,4 | 19,5 | 200,0 | 23 |
|  | Развернутые голубцы с мясом кур | 170 | 20,18 | 14,04 | 52,16 | 416,2 | 49/94 |
| - Компот из свежих фруктов | 200 | 0,43 | 0,18 | 27,84 | 114,66 | 107 |
| - Хлеб ржаной | 45 | 4,62 | 1,8 | 29,8 | 157,2 | 44 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  |  | **33,73** | **23,22** | **132,1** | **926,86** |  |
| **ПОЛДНИК** | - Чай с сахаром | 200 | 0,14 | 0 | 12,6 | 47 | 105 |
|  | -Хлеб пшеничный | 23,63 | 3,84 | 3,06 | 48,75 | 237,9 | 96 |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  |  | **3,98** | **3,06** | **61,35** | **284,9** |  |
|  |  |  | **48,12** | **36,08** | **309,49** | **1792,93** | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ 108,97** |