УТВЕРЖДАЮ

 **29.01.2024** \_\_\_\_\_Е.Н. Букреева

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи**  | **Наименование**  | **Вес**  | **Пищевые вещества**  | **Энергети-** | **N**  |
|  | **блюда**  | **блюда**  | **Белки**  | **Жиры**  | **Углеводы**  | **ческая ценность**  | **рецептуры**  |
| **ЗАВТРАК** |  -Макароны с творогом | 130 |  10,18 | 13,9  | 8,73  | 206,5  |  55 |
|  |  - Чай с сахаром |  200 |  1,3 |  1,3 |  14,0  | 92,0 | 18 |
|  - Хлеб пшеничный со сливочным маслом |  40/5 |  3,1 | 1,2  | 19,9  | 105,0  |  41 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК**  |  |  |  **14,58** |  **16,4** |  **42,63** |  **403,5** |  |
| **2 ЗАВТРАК** |  - Апельсин  |  31 |  1,54 | 0  | 19,8  | 84,5  |  51 |
| **ИТОГО ЗА 2** **ЗАВТРАК** |  |  |  **1,54** | **0** |  **19,8**  | **84,5**  |  |
| **ОБЕД** |  - Салат из консервированного зеленого горошка |  50 | 0,68  | 6,08  |  6,38 |  84,0 |  99 |
|  - Щи на к/б со сметаной |  250 |  2,1 | 5,76  | 11,45  | 111,74  |  98 |
|  |  - Гречка с гуляшом из мяса кур |  100/80 |  21,94 | 29,05  |  72,77 |  468,75 |  62/78 |
|  -Компот из изюма | 200 |  0,78 |  0 | 23,8  | 90,0  |  95 |
|  - Хлеб ржаной | 30 |  4,62 | 1,8  | 29,8  | 157,2  |  44 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  |  |  **30,12** |  **42,69** |  **144,2** |  **911,69** |  |
| **ПОЛДНИК**  |  -Кофейный напиток с сахаром |  200 |  0,2 | 0  | 14,0  | 28,0  |  19 |
|  |  - Хлеб пшеничный | 30 | 4,0  | 4,9  | 17,0  | 142 ,0 | 43  |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК**  |  |  |  **4,2** |  **4,9** |  **31,0** | **170,0** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  |  |  **50,44** |  **63,99** |  **237,63** | **1559,69** | **СУММА ЗА ДЕНЬ 102,39** |