УТВЕРЖДАЮ

**17.04.2024**  \_\_\_\_\_Е.Н. Букреева

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование** | **Вес** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети-** | **N** |
|  | **блюда** | **блюда** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **ческая ценность** | **рецептуры** |
| **ЗАВТРАК** | -Каша гречневая , молочная | 200 | 8,2 | 9,9 | 31,2 | 246,8 | 9 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 200 | 1,3 | 1,3 | 14,0 | 92,0 | 18 |
| - Хлеб пшеничный со сливочным маслом | 40/5 | 2,7 | 4,36 | 14,62 | 108,0 | 42 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  |  | **12,2** | **15,56** | **59,82** | **446,8** |  |
| **2 ЗАВТРАК** | -Яблоко | 30 | 0,46 | 0 | 11,96 | 51,75 | 52 |
| **ИТОГО ЗА 2**  **ЗАВТРАК** |  |  | **0,4** | **0** | **11,96** | **51,75** |  |
| **ОБЕД** | - Салат из консервированной фасоли | 45 | 4,55 | 3,59 | 1,91 | 58,19 | 127 |
| - Щи на к/б со сметаной | 250 | 9,6 | 9,3 | 32,2 | 193,0 | 21 |
|  | - Макароны отварные с гуляшом из мяса кур | 100/80 | 19,8 | 25,36 | 74,4 | 332,2 | 4/3 |
| - Компот из кураги | 200 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90,0 | 66 |
| - Хлеб ржаной | 26 | 4,62 | 1,8 | 29,8 | 157,2 | 44 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  |  | **39,05** | **39,85** | **162,11** | **830,59** |  |
| **ПОЛДНИК** | - Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 14,0 | 28,0 | 19 |
|  | - Хлеб пшеничный | 36 | 4,0 | 4,9 | 17,0 | 142,0 | 43 |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  |  | **4,2** | **4,9** | **31,0** | **170,0** |  |
| **ИТО ЗА ДЕНЬ** |  |  | **55,85** | **116,11** | **264,89** | **1499,14** | **Сумма 99,83** |