												Утверждаю:	
							02.08.2023					Заведующий	Шкуропат М.В.
		Выход, г			Пищевы				Минерал		Витамины,		
№ рецептуры	Наименование блюда				Б	Ж	У	Энергетическая ценность, Ккал	Ca	Fe	B_1	B_2	C
	ЗАВТРАК												
№106	Суп молочный с макаронными изделиями	180			7,16	6,22	30,64	272,4	272,4	0,583	0,13	0,372	3,128
№436	чай с лимоном	200		6	0,1	0,01	14,36	40,56	14,22	0,36	0	0	6,14
№2	Булка с маслом	35	5	10	3,672	11,328	25,93	204	13,95	0,93	0,072	0,048	0
	Итолго за завтрак:	436			**10,932**	**17,558**	**70,93**	**516,96**	**300,57**	**1,873**	**0,202**	**0,42**	**9,268**
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК												
	Фрукты свежие	50			0,41	0	11,09	45,32	16,48	0,21	0	0,02	16,69
	Итолго за 2 завтрак:	50			**0,41**	**0**	**11,09**	**45,32**	**16,48**	**0,21**	**0**	**0,02**	**16,69**
	ОБЕД												
№ 39	Суп с зеленым горошком с гренками	200			3,725	3,5	19,375	140,65	52,6	1,425	0,175	0,125	14,65
№ 229	Вареники ленивые со сметанной подливой	100		10	16,74	8,22	16,37	266,09	141,6	0,74	0,07	0,26	0,41
№254	Кисель молочный	180			0,44	2	32,76	140,4	31,82	1,24	0	0	0,4
	Гренки	32			1,15	0,2	21,65	93	17	1,15	0	0,01	0
	итого за обед:	522			**22,055**	**13,92**	**90,155**	**640,14**	**243,02**	**4,555**	**0,245**	**0,395**	**15,46**
	УПЛОТНЕННЫЙ												
№97	Запеканка картофельная с мясом	150			8,9	20,3	22,45	258	33,46	2,71	0,18	0,16	4,71
№16	Салат витаминный	50			0,7	4,3	4,7	26,22	25,15	11,4	0,02	0,6	11,4
№397	Какао-напиток на молоке	180			5,6	5,7	20,1	152,8	99,03	0,63	0,04	0,22	0,97
	Кондитерские изд./пряники	21			2,3	2,2	22,7	125,1	8,7	0,6	0	0	0
	итого за полдник:	401			**17,5**	**32,5**	**69,95**	**562,12**	**166,34**	**15,34**	**0,24**	**0,98**	**17,08**
	УЖИН												
	КЕФИР	78			2,5	2,8	11	78	220	24	0,3	1,4	0
	Булка	30			2,8	0,3	18	88,5	7	8,1	0,1	0	0
	итого за ужин:	108			**5,3**	**3,1**	**29**	**166,5**	**227**	**32,1**	**0,4**	**1,4**	**0**
	ИТОГО на весь день	1517			**56,197**	**67,078**	**271,125**	**1931,04**	**953,41**	**54,08**	**1,087**	**3,215**	**58,498**
	Исполнитель:				Шаповалова М.В.								