|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| прием пищи | Наименование блюда | № рецептуры | Выход блюда | Пищевые вещества(г) | | | Энергетическая ценнтость | Витамин С | масса брутто |
|  |  |  |  | Б | Ж | У | (ккал) |  |  |
| **Завтрак** | **Каша молочная "Боярская"** | **85** | **160,0/**  **180,0** | **6,86** | **10,44** | **30,280** | **240,9** | **1,54** |  |
|  | **Кофейный напиток** | **689** | **160,0/**  **180,0** | **4,58** | **5,04** | **21,2** | **152,0** | **7,36** |  |
|  | **Хлеб пшеничный с маслом сливочным** | **1** | **31/3**  **31/5** | **3,3** | **1,3** | **14,9** | **184** | **0,05** |  |
| **2 Завтрак** | **Яблоко** |  | **25,0**  **120,0** | **1,50** | **0,50** | **21,00** | **95,00** | **10,00** |  |
| **Обед** | **Рассольник со сметаной на к/б** | **35** | **180,0/**  **200,0** | **2,750** | **7,30** | **16,36** | **140,85** | **29,63** |  |
|  | **Макароны отварные** | **332** | **100,0/**  **110,0** | **4,48** | **9,20** | **24,36** | **198,80** | **0,00** |  |
|  | **Гуляш из м/к** | **453** | **60,0/**  **80,0** | **8,01** | **8,69** | **5,68** | **217,00** | **0,15** |  |  |  |  |  |  |
|  | **Салат витаминный** |  | **50,0** | **0,6** | **2,3** | **3,2** | **36,5** | **1,5** |  |
|  | **Хлеб ржаной** |  | **47,0** | **2,64** | **0,48** | **13,6** | **72,40** | **0,05** |  |
|  | **Компот из с/ф** |  | **160,0/**  **180,0** | **7,76** | **7,76** | **17,86** | **142,00** | **3,20** |  |
| **Полдник** | **Хлеб пшеничный** |  | **31,0** | **1,00** | **0,00** | **81,50** | **310,00** | **0,00** | **0,05** |
|  | **Йогурт** | **485** | **100,0/**  **110,0** | **12** | **3,06** | **13** | **77,3** | **6** |  |

**04.12.2024**