|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| прием пищи | Наименование блюда | № рецептуры | Выход блюда | Пищевые вещества(г) | Энергетическая ценность | Витамин С | масса брутто |
|   |   |   |   | Б | Ж | У | (ккал) |   |   |
| **Завтрак** | **Творожная запеканка** |  | **110/15****110/20** | **21,24** | **14,58** | **17,715** | **290,265** | **0,84** |   |
|  | **Кофейный напиток** |  | **160/180** | **4,58** | **5,04** | **21,2** | **152,00** | **7,36** |  |
| **2 Завтрак** | **сок** |  | **100** |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | **Свекольник со сметаной на к/б** |  | **180/200** | **1,670** | **1,41** | **10,49** | **67,35** | **0,03** |   |
|  | **Отварные макароны** |   | **100/110** |  |  |  |  |  |  |
|  | **Гуляш из мяса кур** |  | **60/80** |  |  |  |  |  |  |
|  | **салат из консервированной кукурузы** |  | **60** |  |  |  |  |  |  |
|  | **Компот из свежих фруктов** |   | **160/180** | **0,06** | **0,02** | **16,40** | **63,30** |  |   |
|   | **Хлеб ржаной** |  | **41/44** | **2,64** | **0,48** | **13,6** | **72,40** | **0,05** |  |
| **Полдник** | **Печенье овсяное** |  | **59** | **3,3** | **1,3** | **14,9** | **184,00** | **0,05** |  |
|   | **Ряженка** |  | **100** | **0,22** | **4,06** | **13,3** | **52,58** | **4,06** |  |

**10.12.2024**