|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| прием пищи | Наименование блюда | № рецептуры | Выход блюда | Пищевые вещества(г) | | | Энергетическая ценность | Витамин С | масса брутто |
|  |  |  |  | Б | Ж | У | (ккал) |  |  |
| **Завтрак** | **Каша молочная гречневая** | **273** | **160,0/**  **180,0** | **4,22** | **0,61** | **22,84** | **113,7** | **0,00** |  |
|  | **Чай с сахаром и лимоном** | **689** | **160,0/3**  **180,0/3** | **4,58** | **5,04** | **21,15** | **152,00** | **7,36** |  |
|  | **Хлеб пшеничный с маслом сливочным** | **1** | **31/3**  **31/5** | **3,30** | **1,30** | **14,9** | **184,0** | **0,05** |  |
| **2 Завтрак** | **Апельсин** | **399** | **80,0/**  **95,0** | **0,80** | **0,20** | **15,20** | **69,00** | **3,00** | **0,10** |
| **Обед** | **Щи со сметаной на к/б** | **101** | **180,0/**  **200,0** | **3,025** | **2,025** | **16,50** | **165,44** | **8,85** |  |
|  | **Ёжики в соусе** |  | **80,0/**  **100,0** | **10,01** | **7,46** | **56,62** | **333,38** | **18,67** |  |
|  | **Салат из свеклы** |  | **50,0** | **0,6** | **2,3** | **3,2** | **36,5** | **1,5** |  |
|  | **Компот из с/ф** |  | **160,0/**  **180,0** | **7,76** | **7,76** | **17,86** | **142,00** | **3,2** |  |
|  | **Хлеб ржаной** |  | **47,0** | **2,64** | **0,48** | **13,6** | **72,40** | **0,05** |  |
| **Полдник** | **Кофейный напиток с молоком** |  | **160,0/**  **180,0** | **4,58** | **5,04** | **21,15** | **152,00** | **7,36** |  |
|  | **Печенье** |  | **63,0** | **3,30** | **1,30** | **14,9** | **184,0** | **0,05** |  |

**13.12.2024**