|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| прием пищи | Наименование блюда | № рецептуры | Выход блюда | Пищевые вещества(г) | | | Энергетическая ценность | Витамин С | масса брутто |
|  |  |  |  | Б | Ж | У | (ккал) |  |  |
| **Завтрак** | **Крупеник с подливой** | **231** | **100,0/15** | **21,24** | **14,58** | **17,715** | **290,265** | **0,84** |  |
|  | **Чай с сахаром и лимоном** | **486** | **160,0/3**  **180,0/3** | **4,58** | **5,04** | **21,2** | **152,00** | **7,36** |  |
| **2 Завтрак** | **Напиток из с/ф** |  | **130,0** | **0,80** | **0,20** | **15,20** | **69,00** | **3,00** | **0,10** |
| **Обед** | **Рассольник со сметаной на к/б** | **98** | **180,0/**  **200,0** | **1,670** | **1,41** | **10,49** | **67,35** | **0,03** |  |
|  | **Отварные макароны** |  | **100,0/**  **110,0** | **11,5** | **4,1** | **8,4** | **109,00** |  |  |
|  | **Гуляш из м/к** | **297** | **60,0/**  **80,0** | **8,55** | **7,23** | **41,175** | **303,00** | **0** |  |
|  | **Сок** |  | **140,0/**  **154,0** | **0,06** | **0,02** | **16,40** | **63,30** |  |  |
|  | **Салат из зел. горошка** |  | **65,0** | **1,72** | **3,71** | **4,92** | **59,58** | **4,20** |  |
|  | **Хлеб ржаной** |  | **44,0** | **2,64** | **0,48** | **13,6** | **72,40** | **0,05** |  |
| **Полдник** | **Пряники** |  | **59,0** | **3,3** | **1,3** | **14,9** | **184,00** | **0,05** |  |
|  | **Йогурт** | **486** | **90,0**  **103,0** | **0,22** | **4,06** | **13,3** | **52,58** | **4,06** |  |

**17.12.2024**