|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| прием пищи | Наименование блюда | № рецептуры | Выход блюда | Пищевые вещества(г) | Энергетическая ценность | Витамин С | масса брутто |
|   |   |   |   | Б | Ж | У | (ккал) |   |   |
| **Завтрак** | **Каша молочная гречневая** |  | **160,0/****180,0** | **5,15** | **8,32** | **28,510** | **209,9** | **1,32** |   |
|  | **Кофейный напиток**  | **689** | **160,0/ 180,0** | **4,58** | **5,04** | **21,2** | **152,0** | **7,36** |  |
|  | **Хлеб пшеничный с маслом сливочным**  | **1** | **28,0/3****30,0/3** | **3,3** | **1,3** | **14,9** | **184** | **0,05** |  |
| **2 Завтрак** | **Сок** |  | **97,0** | **0,80** | **0,20** | **15,20** | **69,00** | **3,00** | **0,10** |
| **Обед** | **Рассольник со сметаной****на к/б** | **35** | **180,0/7****200,0/7** | **2,750** | **7,30** | **16,36** | **140,85** | **29,63** |   |
|  | **Ленивые голубцы с м/к** | **454** | **140,0/****150,0** | **10,24** | **6,38** | **28,20** | **223,20** | **0,57** |  |
|   | **Хлеб ржаной** |  | **41,0/****45,0** | **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**  | **Печенье «Золушка»** | **1** | **50,0/****62,0** | **3,3** | **1,3** | **14,9** | **184,00** | **0,05** |  |
|  | **Чай с сахаром и лимоном** | **485** | **160,0/3****180,0/3** | **12** | **3,06** | **13** | **77,3** | **6** |  |