|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| прием пищи | Наименование блюда | № рецептуры | Выход блюда | Пищевые вещества(г) | | | Энергетическая ценность | Витамин С | масса брутто |
|  |  |  |  | Б | Ж | У | (ккал) |  |  |
| **Завтрак** | **Каша молочная геркулесовая** |  | **160,0/**  **180,0** | **19,23** | **12,60** | **4,160** | **209,7** |  |  |
|  | **Кофейный напиток** | **486** | **160,0/**  **180,0** | **0,22** | **4,06** | **13,3** | **52,58** | **4,06** |  |
|  | **Хлеб пшеничный с маслом сливочным** | **1** | **25,0/3** | **3,3** | **1,3** | **14,9** | **184,00** | **0,05** |  |
| **2 Завтрак** | **Напиток из кураги** |  | **100,0** | **0,9** | **0,200** | **8,10** | **43,00** | **60,00** | **0,104** |
| **Обед** | **Суп вермишелевый на к/б** | **98** | **180,0/**  **200,0** | **1,670** | **1,41** | **10,49** | **67,35** | **0,03** |  |
|  | **Плов с м/к** | **436** | **140,0**  **150,0** | **11,68** | **11,9** | **21,34** | **268,114** | **4,51** |  |
|  | **Салат из кукурузы** |  | **50,0** | **0,57** | **0,11** | **2,42** | **12,08** | **15,00** | **0,035** |
|  | **Хлеб ржаной** |  | **48,0** | **2,64** | **0,48** | **13,6** | **72,40** | **0,05** |  |
|  | **Компот из яблок и апельсинов** |  | **160,0/**  **180,0** | **0** | **0,00** | **18,00** | **60,00** | **0,00** | **0,1** |
| **Полдник** | **Чай с сахаром и лимоном** | **233** | **160,0/3**  **180,0/3** | **0,00** | **0,00** | **18,00** | **60,00** | **0,00** |  |
|  | **Лепешка** | **1** | **28,0/**  **53,0** | **3,3** | **1,3** | **14,9** | **184,00** | **0,05** |  |