|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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** | **6,24** | **6,10** | **19,70** | **158,6** | **1,09** |   |
| **Кофейный напиток**  | **689** | **160,0/****180,0** | **4,58** | **5,04** | **21,15** | **152,00** | **7,36** |  |
| **Хлеб пшеничный с маслом сливочным** | **1** | **28,0/3****32,0/3** | **3,30** | **1,30** | **14,9** | **184,0** | **0,05** |  |
| **2 Завтрак** | **Напиток из кураги** |  | **100,0** | **1,50****1,62** | **0,50****0,56** | **21,00****56,0** | **95,00****121,0** | **10,00****9,8** |  |
| **Обед**  | **Щи со сметаной на курином бульоне** | **88** | **180,0/7****200,0/7** | **2,21** | **2,44** | **16,10** | **185,80** | **4,30** |   |
| **Кулебяка с м/к**  | **297** | **60,0** | **8,55** | **7,23** | **41,175** | **303,00** | **0** |   |
| **Салат свекольный** |  | **50,0/****60,0** | **0,6** | **2,3** | **3,2** | **36,5** | **1,5** |  |
| **Хлеб ржаной** |  | **18,0** | **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** | **3,2** |  |
| **Полдник** | **Хлеб пшеничный** |  | **28,0/****32,0** | **4,50** | **5,88** | **44,64** | **250,20** | **0,00** | **0,050** |
|   | **Йогурт** | **486** | **110,0/****130,0** | **0,22** | **4,06** | **13,3** | **52,58** | **4,06** |  |