|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| прием пищи | Наименование блюда | № рецептуры | Выход блюда | Пищевые вещества(г) | | | Энергетическая ценнтость | Витамин С | масса брутто |
|  |  |  |  | Б | Ж | У | (ккал) |  |  |
| **Завтрак** | **Каша молочная гречневая** |  | **160,0/**  **180,0** | **1,69** | **2,23** | **19,910** | **106,9** | **0,22** |  |
|  | **Хлеб пшеничный с маслом сливочным** |  | **27,0/3** | **3,30** | **1,30** | **14,9** | **184,0** | **0,05** |  |
|  | **Чай с сахаром и лимоном** | **689** | **160,0/3**  **180,0/3** | **4,58** | **5,04** | **21,15** | **152,00** | **7,36** |  |
| **2 Завтрак** | **Напиток из апельсинов** |  | **100,0** | **0,9** | **0,200** | **8,10** | **43,00** | **60,00** | **0,104** |
| **Обед** | **Харчо на к/б** | **123** | **180,0/**  **200,0** | **2,200** | **1,925** | **9,225** | **98,82** | **24,675** |  |
|  | **Картофельное пюре с подливой** | **304** | **140,0** | **17,01** | **14,35** | **30,10** | **317,25** | **0,46** |  |
|  | **Рыбная котлета** | **389** | **70,0** | **15,645** | **2,177** | **4,232** | **145,985** | **0,43** |  |
|  | **Кабачковая икра** |  | **60,0** | **1,72** | **3,71** | **4,92** | **59,58** | **4,20** |  |
|  | **Хлеб ржаной** |  | **45,0** | **2,64** | **0,48** | **13,6** | **72,40** | **0,05** |  |
|  | **Компот из кураги** |  | **160,0/**  **180,0** | **7,76** | **7,76** | **17,86** | **142,00** | **3,2** |  |
| **Полдник** | **Кофейный напиток** |  | **160,0/**  **180,0** | **0,00** | **0,00** | **18,00** | **60,00** | **0,00** |  |
|  | **Пастила** |  | **65,0/**  **74,0** | **0** | **0** | **0,05** | **0** | **0** | **0,05** |