|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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** | **6,32** | **10,18** | **26,340** | **223,16** | **0,90** |  |
|  | **Кофейный напиток** | **689** | **160,0/**  **180,0** | **4,58** | **5,04** | **21,2** | **152,0** | **7,36** |  |
|  | **Хлеб пшеничный с маслом сливочным** |  | **30,0/3**  **32,0/3** | **3,3** | **1,3** | **14,9** | **184,00** | **0,05** |  |
| **2 Завтрак** | **Напиток из апельсинов** |  | **100,0** | **7,76** | **7,76** | **17,86** | **142,00** | **3,20** |  |
| **Обед** | **Свекольник на к/б со сметаной** |  | **180,0/7**  **200,0/7** | **1,810** | **4,91** | **125,2** | **102,50** | **10,29** |  |
|  | **Пирожок с м/к** | **277** | **60,0** | **10,70** | **10,40** | **2,60** | **101,00** | **0,00** |  |
|  | **Салат овощной** |  | **100,0** | **4,5** | **5,88** | **44,64** | **250,2** | **0** | **0,050** |
|  | **Хлеб ржаной** |  | **25,0** | **2,64** | **0,48** | **13,6** | **72,40** | **0,05** |  |
|  | **Компот из яблок и лимона** |  | **160,0/**  **180,0** | **0,8** | **0,20** | **15,20** | **69,00** | **3,00** |  |
| **Полдник** | **Хлеб пшеничный с повидлом** |  | **30,0/26**  **32,0/27** | **90,0** | **3,3** | **1,3** | **14,9** | **184** |  |
|  | **Чай с сахаром и лимоном** |  | **160,0/**  **180,0** | **7,20** | **5,76** | **7,56** | **120,60** | **0,54** | **0,18** |