|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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** | **13,00** | **12,00** | **10,00** | **157,0** | **0,00** |   |
|  | **Хлеб пшеничный с маслом сливочным**  | **1** | **30/3** | **3,3** | **1,3** | **14,9** | **184** | **0,05** |  |
|  | **Чай с лимоном и сахаром** |  | **160,0/3****180,0/3** | **4,58** | **5,04** | **21,2** | **152,0** | **7,36** |  |
| **2 Завтрак** | **Напиток из с/ф** |  | **100,0** | **0,40** | **0,40** | **9,80** | **44,00** | **10,00** | **0,10** |
| **Обед** | **Щи со сметаной на к/б** | **87** | **180,0/7****200,0/7** | **10,175** | **2,60** | **16,65** | **150,85** | **8,03** |   |
|  | **Картофельная запеканка с м/к и подливой** |  | **130,0/****140,0** | **2,5** | **3,39** | **9,63** | **84,21** | **5,62** |   |
|  | **Порц. сол. огурец** |  | **35,0/****45,0** | **0,9** | **1,6** | **1,8** | **24,3** | **1,4** |  |
|  | **Хлеб ржаной** | **1** | **42,0** | **2,64** | **0,48** | **13,6** | **72,40** | **0,05** | **0,04** |
|   | **Сок** |  | **130,0/****143,0** | **7,76** | **7,76** | **17,89** | **142** | **3,2** |  |
| **Полдник** | **Кисель** |  | **160,0/****180,0** | **4,58** | **5,04** | **21,15** | **152,00** | **7,36** |  |
|   | **Сушка** |  | **20,0/****28,0** | **8,1** | **4,1** | **37,73** | **263,04** | **0,55** |  |