

«Утверждаю» Директор МБДС

Серенко Серенко Ю.

Приказ № 36 от 29.05.20

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества		
				Белки	Жиры	Углеводы
Неделя 1						
2 день						
Завтрак	266	Каша молочная "Дружба"	200	5,3	11,7	25,1
	121	Какао с молоком	180	4,6	3,6	12,6
	487	Масло сливочное	5	0,0	4,1	0,0
	114	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8
		<i>Итого за завтрак</i>	<i>415</i>	<i>12,2</i>	<i>19,6</i>	<i>52,5</i>
2ой завтрак	118	Фрукты по сезону	100	0,8	0,2	10,6
		<i>Итого за 2 завтрак</i>	<i>100</i>	<i>0,8</i>	<i>0,2</i>	<i>10,6</i>
Обед	30	Салат из помидор с зеленым луком	60	0,6	6,1	2,1
	146	Щи зеленые	210	2,5	6,8	7,5
	161К	Котлета из говядины	70	13,9	12,3	10,0
	297	Макароны отварные	130	4,8	3,1	22,9
	463	Соус томатный с овощами	30	0,4	1,2	2,2
	9/10 т.н.	Кисель из сухофруктов	180	0,9	0,1	25,7
	115	Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7
	114	Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4
		<i>Итого за обед</i>	<i>733</i>	<i>26,7</i>	<i>30,2</i>	<i>90,5</i>
Полдник	54-141	Котлета рыбная любительская	80	10,2	3,3	4,9
	434	Картофельное пюре	130	2,1	4,2	11,8
	609	Печенье	30	2,3	2,9	22,3
	505	Чай с лимоном	200	0,3	0,0	6,7
	114	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,9
		<i>Итого за полдник</i>	<i>460</i>	<i>16,4</i>	<i>10,5</i>	<i>55,6</i>
		<i>Итого за день</i>	<i>1708</i>	<i>56,1</i>	<i>60,5</i>	<i>209,2</i>