

**УТВЕРЖДАЮ**



**Неделя:1 ДЕНЬ:5 (пятница) 08.11.2024г.**

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с пшеном	200	5,80	5.48	18.57	147	101
Бутерброд с маслом сливочным	40	2.45	7.55	14.62	136.0	1
Чай с лимоном	180/10/7	0.12	0.02	10.2	41.0	411
<b>Итого за завтрак</b>	<b>437</b>	<b>8.37</b>	<b>13.05</b>	<b>43.39</b>	<b>324.0</b>	
<b>II завтрак</b>						
Сок фруктовый	150	0.75	-	15.15	64.0	418
<b>Итого за II завтрак</b>	<b>150</b>	<b>0.75</b>	<b>-</b>	<b>15.15</b>	<b>64.0</b>	
<b>Обед</b>						
Салат из белокочанной капусты	60	0.84	3.04	6.4	52.44	21
Суп картофельный с клецками	200	1.68	2.69	9.71	6.8	91
Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	80	8,98	5.81	5.78	111,00	324
Каша вязкая пшеничная	155	4.00	4.24	24.55	152,40	331
Компот из сухофруктов	180	0.40	0,02	24,99	101,70	394
Хлеб пшеничный	43	3.40	4,3	20.77	101.05	
Хлеб ржаной	30	1.98	3.60	10.02	52.20	
<b>Итого за обед</b>	<b>748</b>	<b>21.28</b>	<b>23.7</b>	<b>102.22</b>	<b>577.59</b>	
<b>Полдник уплотненный</b>						
Икра свекольная	60	0,78	2,48	4,29	42,60	55
Макароны запеченные с сыром	155	7.1	7.01	29.63	210.0	221
Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,00	386
Молоко кипяченое	155	4.72	4,20	7,81	87,83	419
Хлеб ржаной	30	1.98	3.60	10.02	52.20	
<b>Итого за полдник</b>	<b>500</b>	<b>14.98</b>	<b>17.69</b>	<b>61.55</b>	<b>436.63</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1835</b>	<b>45.38</b>	<b>54.44</b>	<b>222.31</b>	<b>1402.22</b>	