|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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** | **25,52** | **17,78** | **27,64** | **428,00** | **0,78** |  |
|  | **Кофейный напиток** |  | **160,0/**  **180,0** | **0,06** | **0,02** | **9,99** | **40,00** | **0,03** |  |
|  | **Хлеб пшеничный с маслом сливочным** | **1** | **33/3** | **3,30** | **1,30** | **14,90** | **184,00** | **0,05** |  |
| **2 Завтрак** | **Напиток из груш и лимона** |  | **130,0** | **0,40** | **0,40** | **9,80** | **44,00** | **10,00** | **0,10** |
| **Обед** | **Харчо** |  | **180,0/**  **200,0** | **4,225** | **2,375** | **15,30** | **163,375** | **9,125** |  |
|  | **Гуляш из м/к** |  | **35,0/**  **30,0** | **12,60** | **6,20** | **33,30** | **228,80** | **0,57** |  |
|  | **Макароны отварные** |  | **140,0/**  **130,0** | **12,60** | **6,20** | **33,30** | **228,80** | **0,57** |  |
|  | **Компот из апельсинов и кураги** |  | **160,0/**  **180,0** | **0,80** | **0,20** | **15,20** | **69,0** | **3,00** | **0,150** |
|  | **Салат из кукурузы** |  | **50,0** | **1,72** | **3,71** | **4,92** | **59,58** | **4,20** |  |
|  | **Хлеб ржаной** |  | **42,0/**  **41,0** | **2,64** | **0,48** | **13,6** | **72,40** | **0,05** |  |
| **Полдник** | **Чай с лимоном и сахаром** |  | **160,0/3**  **180,0/3** | **1,68** | **1,98** | **46,38** | **210,00** | **0** |  |
|  | **Печенье крендель** |  | **48,0** | **0,06** | **0,02** | **9,99** | **40,00** | **0,03** |  |