

Меню приготавливаемых блюд на **\_\_\_.06.202**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| Б | Ж | У |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| ***День 20*** | | | | | | |
|  | **Завтрак:** |  |  |  |  |  |
|  | Картофельное пюре | 200 | 2,3 | 4,8 | 15,1 |  |
|  | Тефтели отварные | 90 | 9,36 | 18,0 | 0,72 | ***ДЕНЬ 20*** |
|  | Компот из сухофруктов | 200 | 0,2 | 0,0 | 20,8 |  |
|  | Хлеб ржаной | 60 | 3,96 | 0,72 | 20,52 | 119,0 |
|  | Изделие кондитерское (**печенье**) | 20 | 1,4 | 3,6 | 13,2 | 92,0 |
|  | Фрукты свежие в ассортименте (**груша**) | 100 | 0,46 | 0,46 | 11,3 | 51,0 |
|  | *ИТОГО* | | *17,62* | *27,58* | *69,64* | *647,24* |
|  | **Обед:** |  |  |  |  |  |
|  | Овощи свежие резанные  (***помидор***) | 20 | 0,12 | 0,04 | 0,84 | 3,98 |
|  | Борщ украинский на м/к бульоне | 250/25 | 1,82 | 4,91 | 12,74 | 102,5 |
|  | Гречка отварная | 200 | 11,6 | 10,4 | 56,8 | 372,0 |
|  | Гуляш | 100 | 1309 | 605 | 4,0 | 130,3 |
|  | Сок | 200 | 1,0 | 0,2 | 18,4 | 92,0 |
|  | Хлеб ржаной | 60 | 3,96 | 0,72 | 20,52 | 99,24 |
|  | Хлеб пшеничный (батон) | 60 | 4,6 | 0,4 | 30,2 | 142,0 |
|  | *ИТОГО* | | *37,0* | *23,17* | *143,5* | *942,02* |
|  | *ИТОГО за день* | | *54,62* | *50,75* | *213,14* | *1589,26* |