|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Выход блюда** | **б** | **ж** | **у** | **Кк** | **С,мг** | **б** | **ж** | **у** | **Кк** | **С,мг** |
|   | **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| №133(3) |   | **Омлет натуральный**  | **200** | **200** | 12,4 | 18,6 | 1,8 | 227 | 0,33 | 16,12 | 24,18 | 2,34 | 295,1 | 0,42 |
| №434 |   | **Чай с сахаром** | **200** | **200** | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 0 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 0 |
| №4а |   | **Бутерброд с маслом сливочным**  | **40/10** | **40/10** | 1,6 | 17,12 | 10,52 | 202,52 | 0 | 1,6 | 17,12 | 10,52 | 202,52 | 0 |
| №481 |   | **Хлеб пшеничный** | **30** | **40** | 2 | 0,35 | 0,33 | 48,75 |   | 3,00 | 0,53 | 0,50 | 73,13 | 0,00 |
| №458 |   | **Фрукт свежий (яблоко)** | **1 шт** | **1 шт** | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 22 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 22 |
|   |   | **Итого по приёму пищи** |  |  | **16,60** | **36,47** | **37,45** | **580,27** | **22,33** | **21,32** | **42,23** | **38,16** | **672,75** | **22,42** |
|   | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| №70 |   | **Винегрет** | **80** | **100** | 0,48 | 0,12 | 1,56 | 78 | 2,94 | 0,77 | 0,19 | 2,50 | 124,80 | 4,70 |
| №114(2) |   | **Суп картофельный с крупой**  | **250** | **250** | 2,2 | 1,8 | 19,5 | 192 | 12,87 | 3,3 | 2,7 | 29,25 | 288 | 19,305 |
| №344(1) |   | **Птица, тушенная в соусе с овощами( лук, морковь.картофель)** | **250** | **250** | 16,2 | 10,57 | 19,35 | 252 | 12,24 | 17,82 | 11,63 | 21,29 | 277,20 | 18,36 |
| №407 |   | **Компот из свежих фруктов(яблоко)** | **200** | **200** | 0,72 | 0 | 25,25 | 85,34 | 40 | 0,72 | 0 | 25,25 | 85,34 | 40 |
| №481 |   | **Хлеб ржаной** | **40** | **60** | 2,8 | 0,51 | 6,5 | 90 | 0 | 4,2 | 0,765 | 9,75 | 135 | 0 |
| №481 |   | **Хлеб пшеничный** | **20** | **30** | 4,1 | 0,7 | 4,6 | 97,5 | 0 | 6,15 | 1,05 | 6,9 | 146,25 | 0 |
|   |   | **Итого по приёму пищи** |  |  | **26,5** | **13,7** | **76,76** | **794,84** | **68,05** | **32,958** | **16,334** | **94,931** | **1056,59** | **82,369** |
|   | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   |   | **Кисломолочный продукт (Кефир)** | **200** | **200** | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 117 | 0,21 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 117 | 0,21 |
|   |   | **Булочка сырная**  | **80** | **80** | 4,26 | 2,39 | 34,8 | 140 | 0,16 |  4,26  | 2,39 | 34,8 | 140 | 0,16 |
|   |   | **Итого по приёму пищи** |  |  | **9,86** | **8,79** | **43** | **257** | **0,37** | **9,86** | **8,79** | **43** | **257** | **0,37** |
|   |   | **Итого за 4 день** |  |  | **52,96** | **58,96** | **157,21** | **1632,11** | **90,75** | **64,14** | **67,35** | **176,09** | **1986,34** | **105,16** |