Утверждаю:

Заведующий _____ Удовенко О.С.

Прием пищи	Выход блюд	Пищевые вещества			ическая ценност		ическая карта	№ рецептуры
		Б	Ж	У				
20.01.2026г.								
Седьмой день								
ЗАВТРАК 1:								
Суп молочный с вермешелью	150	5,62	6,06	27,31	186,8		189	189
Чай сладкий с лимоном	180	2,09	2,19	14,94	88,43		к/к	к/к
Батон	40	3	1,2	20	100			
ИТОГО:	***347,00***	***10,71***	***9,45***	***62,25***	***375,23***			
ЗАВТРАК 2:								
морс из с/мороженной ягоды	150	0	0	9,23	36,91		442	442
ИТОГО:	***497,00***	***10,71***	***9,45***	***71,48***	***412,14***			
ОБЕД:								
Щи со св. капустой на говяжем бульоне	200	4,72	4,63		134,29		39	80
Соленый огурец	15	0,12	0,01	0,25	1,93		5	
Жаркое по -домашнему	180	10,93	15	20,91	262,36		153	153
Компот из сухофруктов	180	0,56	0,08	27,89	113,79		4	4
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	50	2,06	0,4	10,4	54,4		86/87	
ИТОГО:	***702,5***	***27,53***	***21,59***	***72,99***	***607,23***			
ПОЛДНИК+УЖИН:								
Каша гречневая/фрикадельки в соусе	100/20	19,29	13,28	25,47	299,65		231	
Чай с сахаром	180	0,06	0	9,81	39,4		392	392
Вафля	30	2,3	2,9	22,3	125,1			
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,9	15,2	77,4		87	
ИТОГО:	***491***	***26,23***	***24,9***	***79,76***	***627,1***			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	***1690,50***	***64,47***	***55,94***	***224,23***	***1646,47***			