Утверждаю:

Заведующий _____ Удовенко О.С.

Прием пищи	Выход блюд	Пищевые вещества			ическая ценност		технолог карта	№ рецепруры
		Б	Ж	У				
14.01.2026г.								
Третий день								
ЗАВТРАК 1:								
Сырники с молочным соусом	150	6,55	8,33	35,09	241,11		14	
Чай сладкий	180	2,09	2,12	14,94	88,43		к/к	
Батон	25/5	2,3	9,12	15,5	153,4		1	1
	417	***10,94***	***19,57***	***65,53***	***482,94***			
ЗАВТРАК 2:								
Морс из св/ мороженной ягоды	150	0	0	9,23	36,91		442	442
ИТОГО:	**567**	**10,94**	**19,57**	**74,76**	**519,85**			
ОБЕД:								
Суп с говядиной и вермешелью	180	1,18	4,14	9,17	78,84		75	75
Гуляш из отварной говядины в томатном соусе	80	0,7	4,91	3,99	63,2		259	259
Крупа перловая рассыпчатая	100	2,32	4,29	20,5	122,15		158	84
Компот из сухофруктов	180	0,56	0	27,89	113,79		4	4
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	50	2,06	0,4	10,4	54,4		86/87	
ИТОГО:	***672,5***	***33,25***	***17,65***	***79,41***	***568,53***			
ПОЛДНИК+УЖИН:								
Каша пшеничная/фрикадельки в соусе	120	19,29	13,28	25,47	299,65		231	231
Чай сладкий	180	0,2	0	11,69	47,26		393	393
Пряник	30	2,25	0,9	15,2	77,4		87	
ИТОГО:	***330***	***21,74***	***14,15***	***52,31***	***424,34***			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	***1569,5***	***65,93***	***51,37***	***206,48***	***1512,72***			