# 21.10.24

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименованиеблюда | Выходблюда | Белки | Жиры | Угле-воды | Энергети-ческая ценность (ккал) | Витамин«С» | № техно-логичес-кой карты |
| завтрак | Макаронные изделия отварные с маслом, сахаром | 120,0130.0 | 6,878,0 | 6,977,46 | 32,1631,59 | 198,2223,6 | 0,71,1 | 92 |
|  | Кофейный напиток сладкий | 150,0180.0 | 00 | 00 | 12,014,0 | 44,8859,7 | 00 | 180 |
|  | Бутерброд с маслом | 25/526/5 | 1,532,3 | 2,633,54 | 9,7414,61 | 70,0101,0 | 00 | 201 |
| Итого за завтрак |  |  | 8,410,3 | 9,611,0 | 53,960,2 | 313,08384,3 | 0,71,1 |  |
| 2-ой завтрак | Сок | 65,065.0 | 0,30.3 | 0,10.1 | 5.15.1 | 23.023.0 | 1.11.1 | 306 |
| Обед | Салат из свёклы | 30,050.0 | 0,61,0 | 3,044,07 | 1,813,03 | 34,257,0 | 1,712,85 | 78 |
|  | Суп-уха  | 150,0200.0 | 3,977,3 | 4,875,5 | 18,9725,3 | 112,72150,3 | 9,0312,05 | 35 |
|  | Азу по-татарски | 150,0180.0 | 12,0819,88 | 9,8110,31 | 15,0122,02 | 252,58287,3 | 24,8827,9 | 187 |
|  | Компот из сухофруктов | 150,0180.0 | 0,320,48 | 00 | 17,823,2 | 68,4489,57 | 0,20,2 | 163 |
|   | Хлеб ржаной | 30,0 35,0 | 1,982,64  | 0,360,48 | 0,360,48 | 54,372,4 | 00 | 221 |
| Итого заобед |  |  | 18,9530,82 | 18,0820,36 | 53,9574,03 | 522,24656,57 | 47,052,5 |  |
| Полдник | Ряженка | 185,0185.0 | 5,45,4 | 2,32,3 | 5,45,4 | 61,561,5 | 1,21,2 | 168 |
|  | Булка | 30,030,0 | 2,42,4 | 0,30,3 | 14,7314,73 | 71,471,4 | 00 | 249 |
| Итого за полдник |  |  | 7,87,8 | 2,62,6 | 20,0320,03 | 132,9132,9 | 1,21,2 |  |
| Итого за день |  |  | 35,8551,52 | 34,5833.1 | 163,95187,53 | 1128,821369,5 | 49.754.8 |  |