|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Угле-воды | Энергети-ческаяценность (ккал) | Витамин«С» | № техно-логичес-кой карты |
| Завтрак | Макароны с маслом и сахаром | 100,0120,0 | 5,877,0 | 9,5111,28 | 20,1625,61 | 188,76226,83 | 1,371,54 | 139 |
|   | Коф.нап-к сладкий | 150,0180,0 | 00 | 00 | 12,314,0 | 44,8852,36 | 0 | 169162 |
|  | Булка  | 25.0 25.0 | 2.42.4 | 3.543.54 | 14.6114.01 | 101.0101.0 | 00 | 201 |
| Итого за завтрак |  |  | 8,49,4 | 13,3414,82 | 42,254,22 | 303,64380,19 | 1,571,54 |  |
| 2-ой завтрак | Сок | 50.065.0 | 0,91.3 | 0,304 | 12,618.1 | 57,669,6 | 6,77.02 | 306 |
| Обед | Салат из морск. Кап-ты  | 30.030.0 | 0,240,24 | 0,030,03 | 0,750,75 | 4,24,2 | 3,03,0 | 58 |
|  | Суп кучер. с курицей | 150,0200,0 | 6,08,5 | 6,178,79 | 14,7223,77 | 136,94202,06 | 9,4715,1 | 18 |
|  | Рыба тушеная в томатном соусе | 60,070,0 | 8,7712,09 | 2,324,34 | 3,085,0 | 68,57107,89 | 0,71,1 | 121 |
|  | Рис отварной | 100,0110,0 | 3,23,9 | 4,65,5 | 32,041,1 | 185,9226,4 | 00 | 78 |
|  | Компот из с/ф | 150,0180,0 | 0,150,2 | 0,110,15 | 38,6350,51 | 61,9777,9 | 5,387,35 | 165 |
|  | Хлеб ржаной | 30.030.0 | 1,981.98 | 0,360.36 | 0,360,36 | 54,354.3 | 00 | 221 |
| Итого за обед |  |  | 20,3427,57 | 13,5919,29 | 89,54121,61 | 511,88690,85 | 18,5526,55 |  |
| полдник | Чай слад. | 150,0180,0 | 1,251.25 | 1,251.25 | 14.014,0 | 59.759,7 | 0,540 | 167176 |
|  | БулкаС повидлом | 25.0/1025.0/12 | 1,51,6 | 0,60,8 | 10,310,9 | 52,458,4 | 00 | 249 |
| Итого за полдник |  |  | 12,6211,37 | 10,659,4 | 32,5236,1 | 277,63289,0 | 1,030,49 |  |
| Итого за 5.05.25 |  |  | 42.2649,24 | 37,8843,81 | 176,86224,53 | 1150,751417,64 | 27,8535,28 |  |