

01.02.2022


 Утверждаю  
 заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход,г.	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал.
<b>Завтрак( 365)</b>					
Каша овсянная "Геркулес" молочная вязкая №184 сб 2	200/5	8.1	9.8	35.6	264
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7.9	475	24.2	172
Кофейный напиток на молоке №286 сб.2015г.	200	2.77	0.35	16.91	83.62
<b>Второй завтрак (180)</b>					
сок	150	0.48	0.32	26.08	106.30
<b>Обед(744)</b>					
суп куриный с домашней лапшой№ 34 сб.шк. 2004	200	2.1	3.4	9.3	100.79
Рагу овощное №153 сб.2015г.	200	12.1	14.5	21.1	264
Компот из сухофруктов	200	0.92	0.05	20.56	83.25
Хлеб ржаной	40	1.32	0.24	6.68	56.36
<b>Полдник(260)</b>					
бутерброд со сгущенным молоком № 101 сб. 2005	40	2.40	1.01	15.27	81.00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0.1	0.03	9.1	25
<b>Ужин(450)</b>					
гуляш № 437 сб.шк. 2004г.	60	20.1	20.5	3.2	227
Рис отварной	150/4	3.7	3.6	37.6	201
чай с молоком № 283 сб. 2015г.	200	1.4	1.1	11.3	59
Хлеб пшеничный	30	1.65	0.30	8.35	75.00
<b>Итого за прием:</b>					1798.32