

13.01.2022

Утверждаю  
 заведующий Н.Г. Истова

Наименование блюда	выход,г.	белки	жиры	углеводы,г		ЭЦ, ккал
<b>Завтрак (425)</b>						
Омлет №222 сб.2015г.	120	9.12	4.49	29.91		198.78
чай с молоком № 283 сб. 2015г.	200	1.4	1.1	11.3		59
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7.9	475	24.2		172
<b>Второй завтрак(80)</b>						
яблоко	150	0.20	0.00	5.20		32.00
<b>Обед(705)</b>						
Суп картофельный с макаронными изделиями №58 сб						
Голубцы ленивые (2 вариант) №122 сб.2015г.	200/15	5.49	6.10	9.69		116.34
	180/20	0.70	12.60	26.67		183.60
Хлеб пшеничный	50	1.65	0.3	8.35		44.2
Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г.	200	0.92	0.05	50.56		83.25
<b>Полдник(270)</b>						
пряники	40	3.75	5.90	27.20		108.00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0.1	0.03	9.1		25
<b>Ужин 460</b>						
Картофель тушеный № 236 сб.шк. 2011	200/15	18.3	26.2	22.7		402
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0.1	0.03	9.1		25
Хлеб пшеничный	30	1.65	0.3	8.35		44.2
<b>итого</b>						1493.37