

19.01.2022


 Утверждаю
 заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход,г.	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ, ккал.
Завтрак (425)					
Каша манная молочная №194 сб.2015г.	200	5	7.43	29.67	215.06
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
Второй завтрак(80)					
яблоко	150	0.20	0.00	5.20	32.00
Обед(705)					
Суп гречневый с мясом№ 268 сб.2011	200	20.1	4.83	15.74	115
Тефтели из говядины (2вар.) №103 сб,2015г.	60	8.20	12.97	10.10	209.95
гороховое пюре № 96 сб. 2004	150	6.11	3.5	6.09	211.23
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
Полдник(270)					
печенье домашнее № 154 сб. 2005	60	3.75	5.90	27.20	108.00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0.1	0.03	9.1	25
Ужин 460					
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
итого					1745.89