

21.01.2022



Утверждаю
 Введущий Н.А. Изотова

Наименование блюда	выход,г.	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
Завтрак (425)					
Каша овсянная "Геркулес" молочная вязкая №184 сб 2	200/5	8.1	9.8	35.6	264
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0.1	0.03	9.1	25
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7.9	475	24.2	172
Второй завтрак(80)					
сок	150	0.20	0.00	5.20	32.00
Обед(705)					
рассольник № 41 сб.2015г.	200/10	5.43	8.02	22.94	180.92
Пельмени № 98сб.2011г.	220	24.8	39.29	46.34	588.81
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	30	3.75	5.90	27.20	108.00
морс из фруктов № 124 сб. 2011г.	200	3.88	3.88	8.93	34.69
Ужин 460					
сосиска № 439 сб.шк.2004	70	20.1	20.5	3.2	227
каша гречневая рассыпчатая № 175 сб. шк. 175	150	11.2	7	46.2	296
чай с молоком № 283 сб. 2015г.	200	1.4	1.1	11.3	59
Хлеб пшеничный	30	1.65	0.3	8.35	44.2
Итого					2159.07