

26.01.2022г.


 Утверждаю
 заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход,г.	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
Завтрак(365)					
Каша пшеничная молочная жидкая №199 сб.2015г.	200	9.12	4.49	29.91	198.78
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7.9	475	24.2	172
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0.1	0.03	9.1	25
Второй завтрак (180)					
яблоко	150	0.48	0.32	26.08	106.30
Обед(744)					
суп из рыбных консервов № 42 сб.2011	200	11.97	10.93	16.09	210.93
Голубцы ленивые (2 вариант) №122 сб.2015г.	180/20	0.70	12.60	26.67	183.60
Компот из сухофруктов	200	0.92	0.05	20.56	83.25
Хлеб ржаной	40	1.32	0.24	6.68	56.36
Полдник(260)					
Булочка домашняя №272, сб.2015г.	70	5.50	8.00	38.00	245.00
снежок № 21 сб. 2004г.	200	3.88	4.48	5.60	82.60
Ужин(450)					
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	30	1.65	0.30	8.35	75.00
Итого за прием:					1696.60