

27.01.2022г.



Наименование блюда	выход,г.	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
Завтрак(365)					
Каша пшеничная молочная №198 сб.2004г.	200	7.4	8.8	35.1	250
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)					
сок	150	0.48	0.32	26.08	106.30
Обед(744)					
салат из свеклы № 24 сб. 2003г.	60	0.8	4.9	4.8	66
суп куриный с морской капустой № 133 сб. 2004г.	200	2.1	4.83	15.74	115.2
куры отварные № 128 сб.шк.2004	55	17.5	14.7	0.3	203
Макаронные изделия отварные №215, сб.2015г.	150	3.45	4.23	33.34	191.26
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)					
оладьи печеные № 247 сб. 2003г.	60	6.04	6.00	35.04	221.00
Кисель	220	1.98	0.25	12.08	59.73
Ужин(450)					
Картофель тушеный № 236 сб.шк. 2011	200/15	18.3	26.2	22.7	402
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:					2085.10