

02.02.2022


 Утверждаю
 заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход,г.	белки жиры углеводы,г			ЭЦ,ккал.
Завтрак (425)					
Каша пшеничная молочная №199 сб.2015г.	120	9.12	4.49	29.91	198.78
Чай с сахаром №282 сб.2015г.	200	0.11	0.03	10.00	58.00
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)					
соленый огурец сб. шк. № 69 2005г.	60	0.8	0.05	1.13	6.30
Свекольник с мясом № 43 сб.2011	200	8.57	10.58	18.67	222.47
Плов из курицы №134 сб 2015г.	220	21.00	27.00	35.80	473.00
	150	4.28	3.56	39.89	106.01
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. 2015г.	60	3.75	5.90	27.20	108.00
варенец № 21 сб. 2004г.	200	5.60	4.80	6.00	88.50
Ужин 460					
Омлет №222 сб.2015г.	100	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	0.3	8.35	44.2
итого					1894.49