

01.04.2024



Утверждаю:  
заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
<b>Завтрак( 365)</b>					
плов фруктовый № 209 сб. 2004	180	4.6	17.9	51.6	387
Хлеб пшеничный	30	1.65	0.3	8.35	44.2
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0.1	0.03	9.1	25
<b>Второй завтрак (180)</b>					
сок №10 ТК	150	0.60	0.60	14.76	66.26
<b>Обед(744)</b>					
борщ с мясом №37 сб.2011	180	6.11	7.91	17.9	174.72
гречка рассыпчатая № 323 сб. 2008	140	5.40	6.50	24.8	179.00
Тефтели мясные №286 сб.2011	60	21.32	12.91	14.90	227.2
соус № 348 сб. 2011	10	1.16	4.2	8.18	74.5
Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г.	180	0.92	0.05	50.56	83.25
Хлеб пшеничный	50	1.65	0.3	8.35	44.2
<b>Полдник(260)</b>					
Оладьи печеные № 247 №сб. 2003	60	6.4	6.00	35.40	221.00
молоко № 434 сб. 2008	200	5.90	4.00	9.80	199.00
<b>Ужин(450)</b>					
колбаса №9 сб.2011	50	5.12	8.88	0.6	203
каша пшеничная №177 сб. 2004	140	9	5.1	53	284
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0.1	0.03	9.1	25
Хлеб пшеничный	30	1.65	0.3	8.35	44.2
<b>Итого за прием:</b>					2281.53