

05.12.2025



 утверждаю
 заведующий Н.Г. Изотова

	выход,г.	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
Завтрак (425)					
Каша овсяная "Геркулес" молочная №189 сб.2008	180	6,7	9,7	24,4	211
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	2,37	0,30	14,49	171,67
Чай с сахаром и с молоком №40 сб. 2011	180	3,2	2,8	13,6	77
Второй завтрак(80)					
сок №10 ТК	150	0,60	0,60	14,76	66,26
Обед(705)					
суп сметанной с капустой №38 сб.2012	180	5,96	8,79	17,51	171,18
курица отварная № 128 сб.2014	55	17,50	14,70	0,30	203,00
гречка рассыпчатая № 323 сб. 2008	130	5,40	6,50	24,8	179,00
соус № 348 сб. 2011	10	1,16	4,2	8,18	74,5
Хлеб пшеничный	50	1,65	0,3	8,35	44,2
Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г.	180	0,92	0,05	50,56	83,25
Полдник(270)					
пирожки с капустой №521 сб.2004	60	4,6	5,30	23,10	259,00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	9,1	25
Ужин 460					
макаронник № 118 сб.1996	190	22,20	23,5	37,70	454
соус № 348 сб. 2011	10	1,16	4,2	8,18	74,5
Чай с лимоном № 505 сб.2013	200	0,20	0,00	15,00	61,60
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
Итого					2199,36