

06.03.2025



утверждено
заведующий Н.П. Изотова

Наименование блюда	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 .сыр	30/6	7,9	475	24,2	180
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	10,1	27,77
Второй завтрак(80)					
сок №10 ТК	150	0,60	0,60	14,76	66,26
Обед(705)					
салат из зеленого горошка № 10 сб.2011	60	1,5	2,7	3	40
борщ из свежей капусты с мясом №52, сб 2015г.	180	1,44	4,14	6,98	171,30
тефтели мясо-крупяные № 106 сб. 2011	60	12,64	9,49	6,47	268,73
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)					
Булка домашняя № 464 сб.2008	60	4,32	2,52	31,92	169,20
кисель из ягод № 301 сб. 203	200	0,00	0,00	20,00	76,00
Ужин 460					
каша пшеничная №177 сб. 2004	140	9	5,1	53	284
гуляш № 277 сб. 2012	70	21,1	21,3	4,9	196,8
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
Чай с сахаром и с молоком №40 осб.2011	180	3,2	2,8	13,6	77
итого					1939,71