

08.02.2024



Утверждаю:

заведующий Н.Е. Изотова

Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
Завтрак(365)					
Каша ячневая молочная № 181 сб. 2004	180	9.3	7.9	45.7	295
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7.9	475	24.2	172
Чай с сахаром и с молоком №40 осб.2011	180	3.2	2.8	13.6	77
Второй завтрак (180)					
сок №10 ТК	150	0.60	0.60	14.76	66.26
Обед(744)					
суп гречневый с мясом № 76 сб. 2012г.	180	5.5.	4.5.	4.0.	286.2
Тефтели мясные №286 сб.2011	60	21.32	12.91	14.90	227.2
гороховое пюре № 211 сб.2004	140	21.32	2.3	12.50	213
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
Полдник(260)					
ватрушка с повидлом №467 сб. 2008	60	4.32	7.10	28.80	180.30
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0.11.	0.03.	10.0.	58.00
Ужин(450)					
Омлет №78 сб.2011	180	9.24	9.82	2.97	136.92
колбаса №9 сб.2011	50	5.12	8.88	0.6	203
морс из ягод № 301 сб. 203	200	0.00	0.00	20.00	76.00
Хлеб пшеничный	50	1.65	0.3	8.35	44.2
Итого за прием:					
					2162.53