

09.02.2024

Утверждаю:
 заведующий Н.Г. Истова



| Наименование блюда | выход,г | белки | жиры | углеводы,г | ЭЦ,ккал. |
|---|---------|-------|-------|------------|----------|
| Завтрак(365) | | | | | |
| Каша пшенная молочная №198 сб2015г. | 180 | 7.40 | 8.80 | 35.10 | 250.00 |
| Хлеб пшеничный .сыр | 30/6 | 7.9 | 475 | 24.2 | 172 |
| Чай с сахаром №282 сб,2015г. | 200 | 0.11. | 0.03. | 10.0. | 58.0. |
| | | | | | |
| Второй завтрак (180) | | | | | |
| морс из ягод № 301 сб. 203 | 200 | 0.00 | 0.00 | 20.00 | 76.00 |
| Обед(744) | | | | | |
| | 60 | 1.83 | 12.09 | 7.43 | 146.30 |
| Рассольник с мясом и сметаной №76 сб.2012 | 200 | 5.5 | 4.5 | 4 | 156.5 |
| Гуляш из мяса №227 сб. 2012г. | 60 | 21.1 | 21.3 | 4.9 | 196.8 |
| Макаронные изделия отварные №215, сб.2015г. | 140 | 3.45 | 4.23 | 33.34 | 191.26 |
| Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г. | 200 | 0.92 | 0.05 | 50.56 | 83.25 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 44.2 |
| Полдник(260) | | | | | |
| печенье ТК № 018 | 40 | 3.8 | 5.00 | 43.20 | 185.00 |
| варенец № 401 сб. 2012 | 200 | 5.80 | 5.00 | 8.40 | 101.00 |
| | | | | | |
| Ужин(450) | | | | | |
| | | | | | |
| Рагу овощное №153 сб.2015г. | 200 | 12.1 | 14.5 | 21.1 | 264 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 44.2 |
| чай с лимоном № 038 сб. 2012 | 200 | 0.12 | 0.00 | 8.52 | 36.00 |
| Итого за прием: | | | | | 1946.51 |