

10.02.2025



 утверждаю
 заведующий Н.Г. 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	172
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)					
	180	5	7,7	11,00	279
Рассольник с мясом и сметаной №76 сб.2012	180	4,95	4,05	3,6	140,85
Макаронные изделия отварные №215, сб.2015г.	140	3,45	4,23	33,34	191,26
Печень по строгановски №126 сб.2015г.	70	13,26	10,22	3,72	159,95
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 № 251 сб.2011	60	4,6	5,30	23,10	259,00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	10,1	27,77
Ужин 460					
гречка рассыпчатая № 323 сб. 2008	130	5,40	6,50	24,8	179,00
гуляш № 277 сб. 2012	70	21,1	21,3	4,9	196,8
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
морс из ягод № 301 сб. 203	200	0,00	0,00	20,00	76,00
Итого					2207,54