

10.12.2025


 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
Кофейный напиток на молоке №286.сб.2015г.	180	0,18	0,03	19,33	34,20
Второй завтрак(80)					
напиток из свежих яблок № 438 сб. 2008	150	0,10	0,10	14,70	60,30
Обед(705)					
салат из зеленого горошка № 10 сб.2011	60	1,5	2,7	3	40
суп куриный с клецками № 85 сб. 2012	180	5	7,7	11,00	298,7
Плов с мясом №278 сб.2002	200	14,16	13,20	38,32	332,00
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)					
Оладьи печеные № 247 №сб. 2003	60	6,4	6,00	35,40	221,00
кисель из ягод № 301 сб. 203	200	0,00	0,00	20,00	76,00
Ужин 460					
суп картофельный с мясом № 115 сб. 2012	200	5	7,7	11,00	198,7
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					1876,82