

13.02.2024

Утверждаю:  
 заведующий Н.Г. Изотова



Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
<b>Завтрак( 365)</b>					
Каша пшеничная молочная №198 сб2015г.	180	7.40	8.80	35.10	250.00
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7.9	475	24.2	172
какао на молоке №043 сб. 2011	180	3.80	3.2	15.6	107.00
<b>Второй завтрак (180)</b>					
сок №10 ТК	150	0.60	0.60	14.76	66.26
<b>Обед(744)</b>					
	60	1.83	12.09	7.43	146.30
суп сморской капустой №38 сб2012	180	5.96	8.79	17.51	171.18
гречка рассыпчатая № 323 сб. 2008	140	5.40	6.50	24.8	179.00
Тефтели мясные №286 сб.2011	60	21.32	12.91	14.90	227.2
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
<b>Полдник(260)</b>					
булка домашняя №467 сб. 2008	60	4.32	7.10	28.80	180.30
чай с лимоном № 038 сб. 2012	200	0.12	0.00	8.52	36.00
<b>Ужин(450)</b>					
макаронник с мясом № 118 сб. 1998	200	22.20	23.50	37.70	454.00
Хлеб пшеничный	30	1.65	0.3	8.35	44.2
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0.1	0.03	9.1	25
<b>Итого за прием:</b>					2185.89