

13.04.2022

 Утверждаю
 заведующий Н.Г. Изотова

| Наименование блюда | выход,г. | белки | жиры | углеводы,г | ЭЦ,ккал. |
|--|----------|-------|-------|------------|----------|
| Завтрак (425) | | | | | |
| Каша овсянная "Геркулес" молочная вязкая №184 сб 2 | 200/5 | 8.1 | 9.8 | 35.6 | 264 |
| Хлеб пшеничный .сыр | 30/6 | 7.9 | 475 | 24.2 | 172 |
| Чай с сахаром №282 сб,2015г. | 200 | 0.1 | 0.03 | 9.1 | 25 |
| Второй завтрак(80) | | | | | |
| сок | 150 | 0.20 | 0.00 | 5.20 | 32.00 |
| Обед(705) | | | | | |
| Суп сельский с крупой №64 сб,2015г. | 200 | 2.19 | 6.41 | 11.45 | 112.90 |
| Рагу овощное №153 сб.2015г. | 200 | 12.1 | 14.5 | 21.1 | 264 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 44.2 |
| Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г. | 200 | 0.92 | 0.05 | 50.56 | 83.25 |
| Полдник(270) | | | | | |
| запеканка творожная № 227 сб.шк.2004 | 120 | 27.5 | 19.80 | 35.10 | 431.00 |
| Кисель из концентрата | 200 | 0.00 | 0.00 | 20.00 | 76.00 |
| Ужин 460 | | | | | |
| колбаса отварная № 127 сб.шк.2004 | 50 | 6.6 | 13.80 | 0.51 | 153 |
| макаронны отварные № 215 сб. шк.2004 | 150 | 5.5 | 4.2 | 33.3 | 196 |
| Чай с сахаром с лимоном №284 сб2015г. | 200 | 0.2 | 0.03 | 9.30 | 38.00 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1.65 | 0.3 | 8.35 | 44.2 |
| итого | | | | | 1935.55 |