

белки	жиры	угле
-------	------	------

заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
Завтрак(365)					
каша молочная рисовая № 189 сб. 2008	180	5,1	6,8	27,9	205,5
какао на молоке №043 сб. 2011	180	3,80	3,2	15,6	107,00
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7,9	475	24,2	172
Второй завтрак (180)					
напиток из шиповника № 357 сб. 2012	150	0,10	0,10	15,60	63,90
Обед(744)					
сельдь с луком № 60 сб.2008	60	2,7	2,6	0,7	37,00
Суп крестьянский с крупой №64 сб,2015г.	180	2,19	6,41	11,45	260,90
картофель тушеный по домашнему №133 сб.2008	200	9.9.	11.3.	17.5.	211.50
Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г.	180	0,92	0,05	50,56	83,25
Хлеб пшеничный	50	1,65	0,3	8,35	44,2
Полдник(260)					
Булка домашняя № 464 сб.2008	60	4,32	2,52	31,92	169,20
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	9,1	25
Ужин(450)					
макаронник с мясом № 118 сб.1996	200	22,2	23,5	37,70	454
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 за прием:					1727,75