

13.12.2024


 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 с маслом	30/5	2,37	0,30	14,49	171,67
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0,1	0,03	9,1	25
<b>Второй завтрак (180)</b>					
напиток из свежих яблок № 438 сб. 2008	150	0,10	0,10	14,70	60,30
<b>Обед(744)</b>					
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
гуляш № 277 сб. 2012	70	21,1	21,3	4,9	196,8
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
<b>Полдник(260)</b>					
печенье ТК № 018	40	3,8	5,00	43,20	185,00
Йогурт № 401 сб.2012	200	5,8	5	8,4	101
<b>Ужин(450)</b>					
Рагу овощное №153 сб.2015г.	200	12,1	14,5	21,1	264
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
<b>Итого за прием:</b>					1819,13