

Удостоверение  
заведующий Н. Изосимов

углеводы, г ЭЦ, ккал.

| Наименование блюда                          | выход, г | белки | жиры  | углеводы, г | ЭЦ, ккал. |
|---------------------------------------------|----------|-------|-------|-------------|-----------|
| <b>Завтрак( 365)</b>                        |          |       |       |             |           |
| Каша ячневая молочная № 181 сб. 2004        | 180      | 9,3   | 7,9   | 45,7        | 295       |
| 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        |
| <b>Второй завтрак (180)</b>                 |          |       |       |             |           |
| напиток из шиповника № 357 сб. 2012         | 150      | 0,10  | 0,10  | 15,60       | 63,90     |
| <b>Обед(744)</b>                            |          |       |       |             |           |
| салат из зеленого горошка № 10 сб.2011      | 60       | 1,5   | 2,7   | 3           | 40        |
| суп куриный вермишелевый № 115 сб. 2012     | 180      | 5     | 7,7   | 11,00       | 198,7     |
| тефтели мясо-крупяные № 106 сб.2011         | 200      | 12,64 | 9,49  | 9,47        | 268,73    |
| соус № 348 сб. 2011                         | 5        | 0,58  | 2,1   | 4,09        | 37,25     |
|                                             |          |       |       |             |           |
| 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>                         |          |       |       |             |           |
| Батон №464 сб.2008                          | 40       | 2,88  | 1,68  | 21,28       | 112,8     |
| кисель из ягод № 301 сб. 203                | 200      | 0,00  | 0,00  | 20,00       | 76,00     |
| <b>Ужин(450)</b>                            |          |       |       |             |           |
|                                             |          |       |       |             |           |
| картофель тушеный по домашнему №133 сб.2008 | 200      | 9.9.  | 11.3. | 17.5.       | 211.50    |
| 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>                      |          |       |       |             | 1522,63   |