

17.03.2025

утверждаю
заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход,г	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
Завтрак (425)					
Каша овсяная "Геркулес" молочная №189 сб.2008	180	6,7	9,7	24,4	211
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7,9	475	24,2	180
Чай с сахаром и с молоком №40 осб.2011	180	3,2	2,8	13,6	77
Второй завтрак(80)					
напиток из шиповника № 357 сб. 2012	150	0,10	0,10	15,60	63,90
Обед(705)					
суп из свежей рыбы № 42 № 2011	180	11,90	10,93	16,09	210,93
голубцы ленивые № 274 сб.2011	200	16,2	13,28	11,03	456
Хлеб пшеничный	50	1,65	0,3	8,35	44,2
Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г.	180	0,92	0,05	50,56	83,25
Полдник(270)					
батон со сгущенкой сб.101 2005	40/30	1,7	1,51	22,90	120,00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	9,1	25
Ужин 460					
картофель тушеный по домашнему №133 сб.2008	200	9.9.	11.3.	17.5.	211.50
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
морс из ягод № 301 сб. 203	200	0,00	0,00	15,00	57,00
Итого					1572,48