

17.05.2024

заведующий Н.Г. Изотова

Утверждаю:

Наименование блюда	выход,г	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал
Завтрак(365)					
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	172
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0,1	0,03	9,1	25
Второй завтрак (180)					
напиток из шиповника № 357 сб. 2012	150	0,10	0,10	15,60	63,90
Обед(744)					
суп из рыбных консервов № 42 сб.2011	200	11,91	10,93	16,09	210,93
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.	180	0,92	0,05	50,56	83,25
Полдник(260)					
печенье ТК № 018	40	3,8	5,00	43,20	185,00
ряженка № 401 сб. 2012	200	5,80	5,00	8,40	101,00
Ужин(450)					
суп рисовый с мясом № 76 сб. 2012г.	180	9,24	9,82	2,97	136,92
чай с лимоном № 038 сб. 2012	180	5.5.	4.5.	4.0.	286,2
Хлеб пшеничный	200	0,12	0,00	8,52	36,00
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
Итого за прием:					1863,6