

18.03.2021



Утверждаю:
 заведующий Н.П. Изотова

Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал.
Завтрак(365)					
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
какао на молоке №043 сб. 2011	180	3,80	3,2	15,6	107,00
Второй завтрак (180)					
сок №10 ТК	150	0,60	0,60	14,76	66,26
Обед(744)					
солёный огурец № 17 сб.2012	60	0,38	0	0,88	6,50
Суп крестьянский с крупой №64 сб,2015г.	180	2,19	6,41	11,45	260,90
Тефтели мясные №286 сб.2011	60	21,32	12,91	14,90	227,2
Пюре картофельное№ 335 сб.2008	130	3,20	5,00	21,3	147,00
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)					
ватрушка с творогом№ 249 сб. 2010	60	2,06	9,70	41,10	295,00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0,1	0,03	9,1	25
Ужин(450)					
Омлет №78 сб.2011	180	9,24	9,82	2,97	136,92
Чай с сахаром и с молоком №40 сб.2011	200	3,2	2,8	13,6	77
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
Итого за прием:					1987,43