

19.03.2025



Утверждаю:

заведующий Н. Е. Изотова

Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
<b>Завтрак (425)</b>					
Каша пшеничная молочная №199 сб.2015г.	180	9,12	4,49	29,91	198,78
Чай с сахаром и с молоком №40 сб.2011	180	3,2	2,8	13,6	77
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7,9	475	24,2	172
<b>Второй завтрак(80)</b>					
напиток из шиповника № 357 сб. 2012	150	0,10	0,10	15,60	63,90
<b>Обед(705)</b>					
Щи из свежей капусты с мясом №52, сб 2015г.	180	1,44	4,14	6,98	171,30
соус № 348 сб. 2011	5	0,58	2,1	4,0937,25	74,5
гречка рассыпчатая № 323 сб. 2008	130	5,40	6,50	24,8	179,00
куры: отварные № 128 сб.2014	55	17,50	14,70	0,30	203,00
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
<b>Полдник(270)</b>					
творожная запеканка №224 сб. 2008	180	21,30	13,80	31,40	339,90
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	9,1	25
<b>Ужин 460</b>					
суп рисовый с мясом № 88 сб. 2012	200	5	7,7	11,00	279
морс из ягод № 301 сб. 203	200	0,00	0,00	15,00	57,00
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
<b>Итого</b>					<b>2012,03</b>