Утверждаю
заведующий Н.Г. Изотова

19.04.2022

Наименование блюда	выход,г.	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
Завтрак (425)					
Каша гречневая молочная №185 сб. шк. 2004г.	200	9.00	9.00	37.00	266.00
Кофейный напиток на молоке №286 сб.2015г.	200	2.77	0.35	16.91	83.62
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7.9	475	24.2	172
Второй завтрак(80)					
яблоко	150	0.20	0.00	5.20	32.00
Обед(705)					
Кукуруза консервированная №12 сб.2011	60	2.88	6.18	8.04	99.30
суп с морской капустой № 133 сб.2004	200	2.1	4.83	15.74	115.2
куры отварные №128 сб. шк.2004	55	17.5	14.7	0.30	203
каша пшеничная рассыпчатая № 177 сб.шк.2004	150	9.00	5.10	53.00	284.00
Хлеб пшеничный	50	1.65	0.3	8.35	44.2
Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г.	200	0.92	0.05	50.56	83.25
Полдник(270)					
ватрушка №283 сб.шк.2004	60	8.1	5.10	27.60	191.00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0.1	0.03	9.1	25
Ужин 460					
Омлет №222 сб.2015г.	120	9.12	4.49	29.91	198.78
Чай с сахаром с лимоном №284 сб2015г.	200	0.2	0.03	9.30	38.00
Хлеб пшеничный	30	1.65	0.3	8.35	44.2
итого					1879.55