

19.04.2024



Утверждаю:

Заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
Завтрак (425)					
Каша пшеничная молочная №199 сб.2015г.	180	9,12	4,49	29,91	198,78
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0,1	0,03	9,1	25
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7,9	475	24,2	172
Второй завтрак(80)					
напиток из шиповника № 357 сб. 2012	150	0,10	0,10	15,60	63,90
Обед(705)					
салат из зеленого горошка № 10 сб.2011	60	1,5	2,7	3	40
суп куриный с вермишелью № 85 сб. 2012	180	5	7,7	11,00	279
рыба тушеная с овощами № 247 сб. 2011	60	5,74	2,89	1,54	255
рис отварной № 325 сб. 2008	140	3,3	5,5	35	202,6
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(270)					
пряники ТК № 018	40	3,8	5,00	43,20	185,00
чай с лимоном № 038 сб. 2012	200	0,12	0,00	8,52	36,00
Ужин 460					
Рагу овощное №153 сб.2015г.	200	12,1	14,5	21,1	264
морс из ягод № 301 сб. 203	200	0,00	0,00	20,00	76,00
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
Итого					
					1968,93