


 Утверждаю:  
 заведующий Н.Г. Изотова

19.12.2024

Наименование блюда	выход,г	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
<b>Завтрак( 365)</b>					
Каша ячневая молочная № 181 сб. 2004	180	9,3	7,9	45,7	295
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	2,37	0,30	14,49	171,67
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0,1	0,03	10,1	27,77
<b>Второй завтрак (180)</b>					
напиток из шиповника № 357 сб. 2012	150	0,10	0,10	15,60	63,90
<b>Обед(744)</b>					
салат овощной №23 сб.2011					
свекольник №58 2011	180	2,04	5	14,1	199,2
тефтели мясо-крупяные № 106 сб.2008	190	12,64	9,49	3,48	268,73
соус № 348 сб. 2011	5	0,58	2,1	4,09	37,25
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
<b>Полдник(260)</b>					
печенье ТК № 018	40	3,8	5,00	43,20	185,00
Чай с лимоном № 505 сб.2013	200	0,20	0,00	15,00	61,60
<b>Ужин(450)</b>					
суп с рыбными консервами № 42 сб. 2011	200	11,91	10,93	16,09	210,93
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
морс из ягод № 301 сб. 203	200	0,00	0,00	20,00	76,00
<b>Итого за прием:</b>					1768,70