

20.03.2025

заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход,г	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
<b>Завтрак( 365)</b>					
каша молочная рисовая № 189 сб. 2008	180	5,1	6,8	27,9	205,5
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
<b>Второй завтрак (180)</b>					
яблоко №10 ТК	150	0,60	0,60	14,76	66,26
<b>Обед(744)</b>					
Икра кабачковая №4-а сб.2011	50	1,83	12,09	7,43	146,30
Рассольник с мясом и сметаной №76 сб.2012	180	4,95	4,05	3,6	230,85
гуляш № 277 сб. 2012	70	21,1	21,3	4,9	196,8
Макаронные изделия отварные №215, сб.2015г.	140	3,45	4,23	33,34	191,26
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>					
печеньеТК № 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>					
овощное рагу № 344 сб. 2012	200	2,4	6,9	13,4	225,1
морс из ягод № 301 сб. 203	150	0,00	0,00	15,00	57,00
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
<b>Итого за прием:</b>					1934,32