Утверждаю
заведующий Н.П. Изотова

21.04.2022

Наименование блюда	выход,г.	белки	жиры	углеводы,г.	ЭЦ,ккал.
Завтрак(365)					
Каша овсянная "Геркулес" молочная вязкая №184 сб 2	200	8.1	9.8	35.6	264
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7.9	475	24.2	172
Чай с сахаром №282 сб2015г.	200	0.11	0.03	10.00	58.00
Второй завтрак (180)					
сок	150	0.48	0.32	26.08	106.30
Обед(744)					
щи с мясом № 37 сб. 2011	200	6.11	7.91	17.9	174.72
Рыба тушеная с овощами № 79 сб. шк.2004	100	18.9	9.2	3.8	173
каша перловая рассыпчатая № 158 сб.2011	120	2.32	4.29	20.5	122.2
Компот из сухофруктов	200	0.92	0.05	20.56	83.25
Хлеб ржаной	40	1.32	0.24	6.68	56.36
Полдник(260)					
печенье	40	3.75	5.90	27.20	108.00
морс из фруктов № 124 сб. 2011г.	200	3.88	3.88	8.93	34.69
Ужин(450)					
Суп гречневый с мясом №39сб.2011	200	4.7	4.63	19.32	134.29
Хлеб пшеничный	30	1.65	0.30	8.35	75.00
чай с молоком с сахаром№283 сб.2011г.	200	1.4	1.10	11.3	59.00
Итого за прием:					
					1620.81