


21.05.2024


 утверждаю  
 заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
<b>Завтрак (425)</b>					
Каша манная молочная №194 сб.2015г.	180	5	7,43	29,67	215,06
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7,9	475	24,2	172
какао на молоке №043 сб. 2011	180	3,80	3,2	15,6	107,00
<b>Второй завтрак(80)</b>					
сок №10 ТК	150	0,60	0,60	14,76	66,26
<b>Обед(705)</b>					
салат из зеленого горошка № 10 сб.2011	60	1,5	2,7	3	40
суп сморской капустой №38 сб2012	180	5,96	8,79	17,51	171,18
тефтели мясо-крупяные № 106 сб.2008	60	12,64	9,49	3,48	268,73
Хлеб пшеничный	50	1,65	0,3	8,35	44,2
Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г.	180	0,92	0,05	50,56	83,25
<b>Полдник(270)</b>					
Оладьи печеные № 247 №сб. 2003	60	6,4	6,00	35,40	221,00
чай с лимоном № 038 сб. 2012	200	0,12	0,00	8,52	36,00
<b>Ужин 460</b>					
Омлет №78 сб.2011	180	9,24	9,82	2,97	136,92
колбаса №9 сб.2011	50	5,12	8,88	0,6	203
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
чай с лимоном № 038 сб. 2012	200	0,12	0,00	8,52	36,00
<b>итого</b>					1844,8