

22.05.2025



	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭД, ккал.
Завтрак (425)					
Каша овсяная "Геркулес" молочная №189 сб.2008	180	6,7	9,7	24,4	211
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	2,37	0,30	14,49	171,67
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	10,1	27,77
Второй завтрак(80)					
морс из ягод № 301 сб. 203	200	0,00	0,00	20,00	76,00
Обед(705)					
суп с клецками куриный № 85 сб. 2012	180	5	7,7	11,00	279
гречка рассыпчатая № 323 сб. 2008.	140	5,40	6,50	24,8	179,00
гуляш № 277 сб. 2012	70	21,1	21,3	4,9	196,8
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
Полдник(270)					
шанежка № 249 сб. 2010	60	2,06	9,70	41,10	295,00
ряженка ТК №005	200	5,6	5	9	114
Ужин 460					
картофель тушеный по домашнему №133 сб.2008	200	9.9.	11.3.	17.5.	211.50
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
Чай с лимоном № 505 сб.2013	200	0,20	0,00	15,00	61,60
итого					1783,49