

23.04.2024



Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
Завтрак (425)					
Каша манная молочная №194 сб.2015г.	180	5	7,43	29,67	215,06
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	2,37	0,30	14,49	171,67
какао на молоке №043 сб. 2011	180	3,80	3,2	15,6	107,00
Второй завтрак(80)					
яблоко № 010 сб.2012	150	0,10	0,10	15,60	63,90
Обед(705)					
Рассольник с мясом и сметаной №76 сб.2012	200	5,5	4,5	4	256,3
Печень по строгановси №126 сб.2015г.	50/50	13,26	10,22	3,72	159,95
Макаронные изделия отварные №215, сб.2015г.	140	3,45	4,23	33,34	191,26
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)					
булка домашняя №467 сб. 2008	60	4,32	7,10	28,80	180,30
чай с лимоном № 038 сб. 2012	200	0,12	0,00	8,52	36,00
Ужин 460					
суп рисовый с мясом № 76 сб. 2012г.	180	5.5.	4.5.	4.0.	286,2
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0,1	0,03	9,1	25
Итого					1864,29