

ки | жиры | углевод

заведующий Н.Г. Изотова

	выход,г	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,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.	180	0,1	0,03	10,1	27,77
Второй завтрак(80)					
напиток из свежих яблок № 438 сб. 2008	150	0,10	0,10	14,70	60,30
Обед(705)					
суп куриный с клецками № 85 сб. 2012	180	5	7,7	11	279
тефтели рыбные № 245 сб. 2008	60	10,90	4,8	7,90	177,6
каша перловая № 128 сб.2012	130	2,32	4,29	20,5	222,2
соус № 348 сб. 2011	5	0,58	2,1	4,0937,25	74,5
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)					
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
Ужин 460					
Омлет №78 сб.2011	200	9,24	9,82	2,97	136,92
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
Чай с сахаром и с молоком №40 сб.2011	180	3,2	2,8	13,6	77
итого					1856,21