

25.03.2024



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	180
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0.1	0.03	9.1	25
<b>Второй завтрак(80)</b>					
морс из ягод № 301 сб. 203	200	0.00	0.00	20.00	76.00
<b>Обед(705)</b>					
щи с мясом №37 сб.2011	180	6.11	7.91	17.9	174.72
Гуляш из мяса №227 сб. 2012г.	60	21.1	21.3	4.9	196.8
каша пшеничная №177 сб. 2004	140	9	5.1	53	284
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>					
лапшевник с творогом № 219 сб. 1996	180	16.3	14.20	39.60	356.00
чай с лимоном № 038 сб. 2012	200	0.12	0.00	8.52	36.00
<b>Ужин 460</b>					
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 и с молоком №40 осб.2011	180	3.2	2.8	13.6	77
<b>итого</b>					2078.43