

25.04.2022



Утверждаю

заведующий Н.Б. Изотова

| Наименование блюда | выход,г. | | | | |
|--|----------|-------|-------|----------|-----------|
| | | белки | жиры | углеводы | Эц, ккал. |
| Завтрак(365) | | | | | |
| Каша ячневая молочная №181 сб.шк. 2004г. | 200 | 9.3 | 7.9 | 45.7 | 295 |
| Хлеб пшеничный .сыр | 30/6 | 7.9 | 475 | 24.2 | 172 |
| какао № 288 сб. 2015 | 200 | 3.6 | 3.3 | 13.7 | 100 |
| Второй завтрак (180) | | | | | |
| сок | 150 | 0.48 | 0.32 | 26.08 | 106.30 |
| Обед(744) | | | | | |
| Икра кабачковая № 4а сб.2011 | 50 | 0.83 | 12.09 | 7.75 | 146.30 |
| Рассольник "Ленинградский" №55 сб.2015г. | 200/8 | 1.71 | 4.2 | 12.30 | 96 |
| макароны отварные № 215 сб. шк.2004 | 150 | 5.5 | 4.2 | 33.3 | 196 |
| Гуляш № 93 сб. шк. 2004 | 70 | 20.1 | 20.5 | 3.20 | 277 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.92 | 0.05 | 20.56 | 83.25 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1.65 | 0.30 | 8.35 | 75.00 |
| Полдник(260) | | | | | |
| пряники | 40 | 3.75 | 5.90 | 27.20 | 108.00 |
| Чай с сахаром №282 сб,2015г. | 200 | 0.1 | 0.03 | 9.1 | 25 |
| Ужин(450) | | | | | |
| суп рыбный № 42 сб. 2011 | 200 | 11.91 | 10.93 | 16.09 | 210.93 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1.65 | 0.30 | 8.35 | 75.00 |
| морс из ягод № 124 сб. 2011г. | 200 | 3.88 | 3.88 | 8.93 | 34.69 |
| Итого за прием: | | | | | 2000.47 |