

28.03.2024


 Утверждаю:
 заведующий Н.Т. Изотова

Наименование блюда	выход,г	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
Завтрак (425)					
Каша пшеничная молочная №199 сб.2015г.	180	9.12	4.49	29.91	198.78
Чай с сахаром и с молоком №40 осб.2011	180	3.2	2.8	13.6	77
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	2.37	0.30	14.49	171.67
Второй завтрак(80)					
напиток из шиповника № 357 сб. 2012	150	0.10	0.10	15.60	63.90
Обед(705)					
свекольник №58 2011	180	2.04	5	14.1	199.2
тефтели рыбные № 245 сб.2008	60	10	4.8	7.9	217
каша перловая № 158 сб.2008	140	2.32	4.29	20.5	222.2
Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г.	180	0.92	0.05	50.56	83.25
Хлеб пшеничный	50	1.65	0.3	8.35	44.2
Полдник(270)					
печенье ТК № 018	40	3.8	5.00	43.20	185.00
чай с лимоном № 038 сб. 2012	200	0.12	0.00	8.52	36.00
Ужин 460					
рис отварной № 325 сб.2008	140	3.3	5.5	35	202.6
колбаса №9 сб.2011	50	5.12	8.88	0.6	203
морс из свежих ягод № 301 сб. 203	200	0.00	0.00	20.00	76.00
Хлеб пшеничный	30	1.65	0.3	8.35	44.2
итого					2024.00