

29.05.2025


 утверждаю
 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 .сыр	30/6	7,9	475	24,2	172
Чай с сахаром и с молоком №40 осб.2011	180	3,2	2,8	13,6	77
Второй завтрак(80)					
сок №10 ТК	150	0,60	0,60	14,76	66,26
Обед(705)					
борщ из свежей капусты с мясом №52, сб 2015г.	180	1,44	4,14	6,98	171,30
рис отварной № 325 сб.2008	140	3,3	5,5	35	202,6
гуляш № 277 сб. 2012	70	21,1	21,3	4,9	196,8
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)					
шанежка № 249 сб. 2010	60	2,06	9,70	41,10	295,00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0,1	0,03	9,1	25
Ужин 460					
картофель тушеный по домашнему №133 сб.2008	200	9.9.	11.3.	17.5.	211.50
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
морс из ягод № 301 сб. 203	200	0,00	0,00	20,00	76,00
итого					1664,61