


31.10.2023


 Утверждаю:
 заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход,г	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
Завтрак(365)					
Каша ячневая молочная № 181 сб. 2004	180	9.3	7.9	45.7	295
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7.9	475	24.2	172
Кофейный напиток на молоке №286.сб.2015г.	180	0.20	0.03	21.48	38.00
Второй завтрак (180)					
напиток из шиповника № 357 сб. 2012	150	0.10	0.10	15.60	63.90
Обед(744)					
суп с вермишелью куриный № 85 сб. 2012	180	5	7.7	11.00	179
Гуляш из мяса №227 сб. 2012г.	70	21.1	21.3	4.9	196.8
каша пшенная рассыпчатая № 178 сб. 2004	140	8.9	6.6	49.40	297.6
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(260)					
сырники № 219 сб. 2008	60	19.7	12.2	20	272.7
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0.1	0.03	9.1	25
Ужин(450)					
суп из рыбных консервов № 42 сб.2011	200	11.91	10.93	16.09	210.93
чай с лимоном № 038 сб. 2012	200	0.12	0.00	8.52	36.00
Хлеб пшеничный	30	1.65	0.3	8.35	44.2
Итого за прием:					
					1958.58