

05.11.2024


 утверждаю
 заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	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	180
кофейный напитокна молоке №043 сб. 2011	180	3,80	3,2	15,6	107,00
Второй завтрак(80)					
сок №10 ТК	150	0,60	0,60	14,76	66,26
Обед(705)					
свекольник №58 2011	180	2,04	5	14,1	199,2
гречка рассыпчатая № 323 сб. 2008	140	5,40	6,50	24,8	179,00
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)					
ватрушка с повидлом № 249 сб.2008	60	2,06	9,70	41,10	195,00
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
Чай с лимоном № 505 сб.2013	200	0,20	0,00	15,00	61,60
Итого					1592,51