

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
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	10,1	27,77
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)					
Икра кабачковая №4-а сб.2011	50	1,83	12,09	7,43	146,30
суп сморской капустой №38 сб2012	180	5,96	8,79	17,51	171,18
макаронник с мясом № 118 сб. 1996	200	22,2	23,5	37,7	454
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)					
печенье ТК № 018	40	3,8	5,00	43,20	185,00
снежокТК №005	200	5,6	5	9	114
Ужин 460					
суп с рыбными консервами № 42 № 2011	200	11,90	10,93	16,09	210,93
Чай с лимоном № 505 сб.2013	200	0,20	0,00	15,00	61,60
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
итого					1989