

13.11.2024


 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
Чай с сахаром и с молоком №40 сб.2011	180	3,2	2,8	13,6	77
Второй завтрак(80)					
морс из ягод № 301 сб. 203	150	0,00	0,00	15,00	57,00
Обед(705)					
суп сморской капустой №38 сб2012	180	5,96	8,79	17,51	171,18
каша пшеничная №177 сб. 2004	140	9	5,1	53	284
Тефтели мясные №286 сб.2011	60	21,32	12,91	14,90	227,2
соус № 348 сб. 2011	5	0,58	2,1	4,09	37,25
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					
	200	9.9.	11.3.	17.5.	211.50
макаронник с мясом № 118 сб.2006	180	19,98	21,15	33,93	408,6
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					2106,48