

15.11.2024



утверждаю  
заведующий Н.Г. Изотова

| Наименование блюда                          | выход,г | белки | жиры | углеводы,г | ЭЦ,ккал. |
|---|---------|-------|------|------------|----------|
| <b>Завтрак (425)</b>                        |         |       |      |            |          |
| Каша манная молочная №194 сб.2015г.         | 180     | 5     | 7,43 | 29,67      | 215,06   |
| Хлеб пшеничный .сыр                         | 30/6    | 7,9   | 475  | 24,2       | 172      |
| Чай с сахаром №282 сб,2015г.                | 180     | 0,1   | 0,03 | 9,1        | 25       |
| <b>Второй завтрак(80)</b>                   |         |       |      |            |          |
| напиток из шиповника № 357 сб. 2012         | 150     | 0,10  | 0,10 | 15,60      | 63,90    |
| <b>Обед(705)</b>                            |         |       |      |            |          |
| свекольник №58 2011                         | 180     | 2,04  | 5    | 14,1       | 199,2    |
| рыба тушеная с овощами № 247 сб. 2011       | 70      | 5,74  | 2,89 | 1,54       | 255      |
| каша перловая рассыпчатая № 158 сб.2011     | 130     | 2,32  | 4,3  | 20,50      | 222,2    |
| 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    |
| <b>Полдник(270)</b>                         |         |       |      |            |          |
| пряникиТК № 018                             | 40      | 3,8   | 5,00 | 43,20      | 185,00   |
| Йогурт № 401 сб.2012                        | 200     | 5,8   | 5    | 8,4        | 101      |
| <b>Ужин 460</b>                             |         |       |      |            |          |
| Суп сельский № 93 сб. 2011                  | 200     | 12,1  | 14,5 | 21,1       | 264      |
| Хлеб пшеничный                              | 30      | 1,65  | 0,3  | 8,35       | 44,2     |
| Чай с сахаром и молоком №40 сб.2011         | 180     | 3,2   | 2,8  | 13,6       | 77       |
| <b>итого</b>                                |         |       |      |            | 1988,26  |