

16.10.2024


 Утверждаю:  
 заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход,г	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
<b>Завтрак( 365)</b>					
Каша гречневая молочная №184 сб.2008г.	180	8	9,7	25,4	222,3
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0,1	0,03	9,1	25
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7,9	475	24,2	180
<b>Второй завтрак (180)</b>					
морс из ягод № 301 сб. 203	150	0,00	0,00	15,00	57,00
<b>Обед(744)</b>					
сельдь с луком № 60 сб.2008	45	2,7	2,6	0,7	67,20
Рассольник с мясом и сметаной №76 сб.2012	180	4,95	4,05	3,6	140,85
картофель тушеный по домашнему №133 сб.2008	200	9.9.	11.3.	17.5.	211.50
<b>Полдник(260)</b>					
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>Ужин(450)</b>					
печенье ТК № 018	40	3,8	5,00	43,20	185,00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	10,1	27,77
<b>Итого за прием:</b>					1032,57