

17.10.2025

Утверждаю:
заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
Завтрак(365)					
Омлет с сыром №54 сб.2020	150	19	25,3	2,9	315,8
Хлеб пшеничный	30	7,9	475	24,2	172
Чай с сахаром и с молоком №40 сб.2011	180	3,2	2,8	13,6	77
Второй завтрак (180)					
морс из ягод № 301 сб. 203	150	0,00	0,00	15,00	57,00
Обед(744)					
щи из свежей капусты с мясом №52, сб 2015г.	180	1,44	4,14	6,98	171,30
гречка рассыпчатая № 323 сб. 2008	140	5,40	6,50	24,8	179,00
куры отварные № 128 сб.2014	60	17,50	14,70	0,30	203,00
соус № 348 сб. 2011	10	1,16	4,2	8,18	74,5
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(260)					
печенье ТК № 018	40	3,8	5,00	43,20	185,00
Чай с лимоном № 505 сб.2013	200	0,20	0,00	15,00	61,60
Ужин(450)					
макаронник с мясом №118 сб. 1996	200	22,20	23,50	37,7	454,00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	9,1	25
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
Итого за прием:					2146,85