

21.11.2024



Утверждаю:
 заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход,г	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
Завтрак(365)					
Каша ячневая молочная № 181 сб. 2004	180	9,3	7,9	45,7	295
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7,9	475	24,2	172
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	10,1	27,77
Второй завтрак (180)					
сок №10 ТК	150	0,60	0,60	14,76	66,26
Обед(744)					
суп из рыбных консервов № 87 сб.2011	200	11,91	10,93	16,09	210,9,
голубцы ленивые № 274 сб.2011	200	16,2	13,28	11,03	456
Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г.	180	0,92	0,05	50,56	83,25
Хлеб пшеничный	50	1,65	0,3	8,35	44,2
Полдник(260)					
печенье домашнее №154 сб. 2005	60	3,75	5,90	27,20	181,00
кисель из ягод № 301 сб. 203	150	0,00	0,00	15,00	57,00
Ужин(450)					
Омлет №78 сб.2011	180	9,24	9,82	2,97	136,92
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 за прием:					1625,20