

20.11.2024



утверждаю  
заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход,г	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
<b>Завтрак (425)</b>					
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 осб.2011	180	3,2	2,8	13,6	77
<b>Второй завтрак(80)</b>					
напиток из свежих яблок № 302 сб. 2003	150	0,00	0,00	15,00	57,00
<b>Обед(705)</b>					
Икра кабачковая №4-а сб.2011	50	1,83	12,09	7,43	146,30
суп гороховый № 81 сб. 2012	180	3,6	4,5	20	167,00
Макаронные изделия отварные №215, сб.2015г.	130	3,2	3,93	30,95	177,59
оладьи из печени №284 сб. 2011/ соус № 348 сб. 2011	60/5	9,78	11,66	16,41	247,25
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>					
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
<b>Ужин 460</b>					
	200	9.9.	11.3.	17.5.	211.50
Суп гречневый на курином бульоне №39 сб. 2011	200	4,7	4,63	19,32	184,29
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0,1	0,03	9,1	25
<b>Итого</b>					1890,68