


21.10.2024


 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 с маслом	30/5	2,37	0,30	14,49	171,67
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0,1	0,03	9,1	25
<b>Второй завтрак(80)</b>					
яблоко № 010 сб. 2013	150	0,60	0,60	14,76	66,26
<b>Обед(705)</b>					
салат из зеленого горошка № 10 сб.2011	60	1,5	2,7	3	40
свекольник №58 2011	180	2,04	5	14,1	199,2
тефтели мясо-крупяные № 106 сб.2008	60	12,64	9,49	3,48	268,73
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>					
Оладьи № 247 сб.2003	60	6,4	6,00	35,40	221,00
Чай с лимоном № 505 сб.2013	200	0,20	0,00	15,00	61,60
<b>Ужин 460</b>					
<b>Итого</b>					1429,16