

22.10.2025

заведующий Н.Г. Изотова

| Наименование блюда                            | выход,г | белки | жиры | углеводы,г | ЭЦ,ккал. |
|-----------------------------------------------|---------|-------|------|------------|----------|
| <b>Завтрак (425)</b>                          |         |       |      |            |          |
| Каша манная молочная №194 сб.2015г.           | 180     | 5     | 7,43 | 29,67      | 215,06   |
| Чай с сахаром №282 сб,2015г.                  | 200     | 0,1   | 0,03 | 9,1        | 25       |
| Хлеб пшеничный .сыр                           | 30/6    | 7,9   | 475  | 24,2       | 172      |
|                                               |         |       |      |            |          |
| <b>Второй завтрак(80)</b>                     |         |       |      |            |          |
| напиток из шиповника № 357 сб. 2012           | 150     | 0,10  | 0,10 | 15,60      | 63,90    |
| <b>Обед(705)</b>                              |         |       |      |            |          |
|                                               |         |       |      |            |          |
| борщ из свежей капусты с мясом №52, сб 2015г. | 180     | 1,44  | 4,14 | 6,98       | 171,30   |
| гуляш № 277 сб. 2012                          | 70      | 21,1  | 21,3 | 4,9        | 196,8    |
| каша пшеничная №177 сб. 2004                  | 140     | 9     | 5,1  | 53         | 284      |
| 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 печеные № 247 №сб. 2003                | 60      | 6,4   | 6,00 | 35,40      | 221,00   |
| кисель из ягод № 301 сб. 203                  | 200     | 0,00  | 0,00 | 15,00      | 57,00    |
| <b>Ужин 460</b>                               |         |       |      |            |          |
|                                               |         |       |      |            |          |
| суп гречневый с мясом № 85 сб. 2012           | 180     | 5     | 7,7  | 11,00      | 298,7    |
| Чай с лимоном № 505 сб.2013                   | 200     | 0,20  | 0,00 | 15,00      | 61,60    |
| Хлеб пшеничный                                | 30      | 1,65  | 0,3  | 8,35       | 44,2     |
| <b>итого</b>                                  |         |       |      |            | 1938,01  |