

27.10.2025



	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
Завтрак (425)					
Каша овсяная "Геркулес" молочная №189 сб.2008	180	6,7	9,7	24,4	211
Чай с сахаром и с молоком №40 ссб.2011	180	3,2	2,8	13,6	77
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7,9	475	24,2	180
Второй завтрак(80)					
сок №10 ТК	150	0,60	0,60	14,76	66,26
Обед(705)					
суп куриный вермишелевый № 85 сб. 2012	180	5	7,7	11,00	298,7
голубцы ленивые № 274 сб.2011	200	16,2	13,28	11,03	456
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(270)					
ватрушка с творогом № 249 сб. 2014	60	2,06	9,70	41,20	195,00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	10,1	27,77
Ужин 460					
суп с рыбными консервами № 42 № 2011	200	11,90	10,93	16,09	210,93
морс из ягод № 301 сб. 203	150	0,00	0,00	15,00	57,00
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
итого					1951,31