

27.11.2025

заведующий

Утверждаю:

Н.Г.Изотова

| Наименование блюда                            | выход,г. | белки | жиры  | углеводы,г | ЭЦ,ккал.       |
|-----------------------------------------------|----------|-------|-------|------------|----------------|
| <b>Завтрак (425)</b>                          |          |       |       |            |                |
| Каша пшеничная молочная №199 сб.2015г.        | 180      | 9,12  | 4,49  | 29,91      | 198,78         |
| Чай с сахаром и с молоком №40 осб.2011        | 180      | 3,2   | 2,8   | 13,6       | 77             |
| Хлеб пшеничный с маслом                       | 30/5     | 2,37  | 0,30  | 14,49      | 171,67         |
| <b>Второй завтрак(80)</b>                     |          |       |       |            |                |
| морс из ягод № 301 сб. 203                    | 200      | 0,00  | 0,00  | 15,00      | 57,00          |
| <b>Обед(705)</b>                              |          |       |       |            |                |
| салат из зеленого горошка № 10 сб.2011        | 60       | 1,5   | 2,7   | 3          | 40             |
| борщ из свежей капусты с мясом №52, сб 2015г. | 180      | 1,44  | 4,14  | 6,98       | 171,30         |
| тефтели рыбные № 248 сб. 2011                 | 60       | 7,92  | 4,72  | 3,12       | 187,2          |
| рис отварной № 24 сб.2012                     | 130      | 3,70  | 4,8   | 36,50      | 203,5          |
| соус № 348 сб. 2011                           | 10       | 1,16  | 4,2   | 8,18       | 74,5           |
| 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>                           |          |       |       |            |                |
| вафли 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      | 11,90 | 10,93 | 16,09      | 210,93         |
| суп вермишелевый с мясом № 85 сб. 2012        | 180      | 5     | 7,7   | 11,00      | 298,7          |
| Чай с сахаром №282 сб,2015г.                  | 200      | 0,1   | 0,03  | 9,1        | 25             |
| Хлеб пшеничный                                | 30       | 1,65  | 0,3   | 8,35       | 44,2           |
| <b>итого</b>                                  |          |       |       |            | <b>2133,83</b> |