

28.10.2025


 Утверждаю:
 заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
Завтрак(365)					
Каша ячневая молочная № 181 сб. 2004	180	9,3	7,9	45,7	295
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	2,37	0,30	14,49	171,67
какао на молоке №043 сб. 2011	180	3,80	3,2	15,6	107,00
Второй завтрак (180)					
яблоко №10 ТК	150	0,60	0,60	14,76	66,26
Обед(744)					
суп гречневый с мясом № 85 сб. 2012	200	5	7,7	11,00	298,7
Азу с мясом № 63 сб. 2010	200	29,09	38,48	6,06	487,88
Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г.	180	0,92	0,05	50,56	83,25
Хлеб пшеничный	50	1,65	0,3	8,35	44,2
Полдник(260)					
лапшевник с творогом № 219 сб.1996	100	16,3	14,20	39,60	356,00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0,1	0,03	9,1	25
Ужин(450)					
гуляш № 277 сб. 2012	70	21,1	21,3	4,9	196,8
рис отварной № 325 сб.2008	140	3,3	5,5	35	202,6
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
Чай с лимоном № 505 сб.2013	200	0,20	0,00	15,00	61,60
Итого за прием:					2440,16