

03.09.2025г.

Утверждаю:

и.о.заведую Г.Ю.Трепова

Наименование блюда	выход, г	белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
Завтрак (425)					
Каша овсянная "Геркулес" молочная вязкая №184 сб 2015г.	180	7,29	8,82	32,04	237,6
Чай с сахаром №282 сб2015г.	180	0,1	0,03	9,00	52,20
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7,9	475	24,2	172
Второй завтрак(80)					
напиток из свежих ягод №375 сб.2012	150	0,09	0,09	14,63	59,06
Обед(705)					
салат из зеленого горошка с луком № 10 сб.2011г.	60	2,98	5,19	6,25	83,6
Щи с мясом № 37 сб. 2011	180	5,49	7,12	16,11	157,25
Плов с мясом № 278 сб.2002	200	14,16	13,20	38,32	332,00
Хлеб пшеничный	50	1,65	0,3	8,35	44,2
Компот из смеси сухофруктов №292, сб.2015г.	180	0,82	0,045	45,5	83,25
Полдник(270)					
Вафли	40	0,9	1,06	4,28	58,40
Кисель из свежих плодов №378 сб.2011	200	0,13	0,1	27,01	109,40
Ужин 460					
Итого					1388,96