

16.09.2024г.



Утверждаю:

и.о.заведующ Г.Ю.Трепова

Наименование блюда	выход,г	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
<b>Завтрак( 365)</b>					
Каша овсяная "Геркулес" молочная №189 сб.2008	180	6,7	9,7	24,4	211
Чай с сахаром и с молоком №40 сб.2011	180	3,2	2,8	13,6	77
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7,9	475	24,2	180
<b>Второй завтрак (180)</b>					
яблоко № 010 сб.2012	150	0,10	0,10	15,60	63,90
<b>Обед(744)</b>					
салат из зеленого горошка № 10 сб.2011	60	1,5	2,7	3	40
щи с мясом №37 сб.2011	180	6,11	7,91	17,9	174,72
рис отварной № 325 сб.2008	140	3,3	5,5	35	202,6
гуляш № 277 сб. 2012	60	18,09	18,26	4,2	168,7
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
<b>Полдник(260)</b>					
Булка домашняя № 464 сб.2008	60	4,32	2,52	31,92	169,20
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	9,1	50
<b>Ужин(450)</b>					
<b>Итого за прием:</b>					1464,57