

02.07.2025



Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
Завтрак(365)					
Каша пшенная молочная №198 сб2015г.	200	7,40	8,80	35,10	250,00
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7,9	475	24,2	172
Чай с сахаром и с молоком №40 сб.2011	200	3,2	2,8	13,6	77
Второй завтрак (180)					
яблоко №10 ТК	100	0,60	0,60	14,76	66,26
Обед(744)					
салат из зеленого горошка № 10 сб.2011	60	1,5	2,7	3	40
борщ из свежей капусты с мясом №52, сб 2015г.	200	1,44	4,14	6,98	171,30
Плов с мясом курицы №278 сб.2002	200	14,16	13,20	38,32	332,00
	50	21,1	21,3	4,9	196,8
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(260)					
запеканка творожная №224 сб. 2008г.	90	24,74	12,65	22,51	308,76
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	9,1	25
Ужин(450)					
гречка рассыпчатая № 323 сб. 2008	150	5,40	6,50	24,8	179,00
гуляш № 277 сб. 2012	70	21,1	21,3	4,9	196,8
морс из ягод № 301 сб. 203	200	0,00	0,00	15,00	57,00
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
Итого за прием:					2243,57