

10.07.2025



Утвержден

И.А. Изотова

Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
Завтрак(365)					
суп молочный макаронами № 33 сб. 2011	200	6,60	7,30	21,40	178,70
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	2,37	0,30	14,49	171,67
Кофейный напиток на молоке №286.сб.2015г.	200	0,18	0,03	19,33	34,20
Второй завтрак (180)					
сок №10 ТК	100	0,60	0,60	14,76	66,26
Обед(744)					
суп с рыбными консервами № 42 № 2011	200	11,90	10,93	16,09	210,93
Рагу овощное №153 сб.2015г.	200	12,1	14,5	21,1	264
компот из яблок № 438 сб. 2008	150	0,10	0,10	14,70	60,30
Хлеб пшеничный	50	1,65	8,88	0,6	103
Полдник(260)					
сырники со сгущ. молоком №224 сб. 2008г.	120/15	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
Хлеб пшеничный	30	1,65	8,88	0,6	103
морс из ягод № 301 сб. 203	200	0,00	0,00	15,00	57,00
Итого за прием:					1958,62