

13.06.2024



Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
Завтрак (425)					
Каша овсяная "Геркулес" молочная №189 сб.2008	180	6,7	9,7	24,4	211
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	2,37	0,30	14,49	171,67
Чай с сахаром и с молоком №40 осб.2011	180	3,2	2,8	13,6	77
Второй завтрак(80)					
напиток из шиповника № 357 сб. 2012	150	0,10	0,10	15,60	63,90
Обед(705)					
борщ с мясом №37 сб.2011	180	6,11	7,91	17,9	174,72
каша гречневая рассыпчатая № 323 сб. 2008	140	5,4	6,5	24,8	279
Гуляш из мяса №227 сб. 2012г.	60	21,1	21,3	4,9	196,8
Полдник(270)					
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
Ужин 460					
Шанежка № 267 сб. 2010	60	4,6	4,30	28,10	171,00
варенец № 401 сб. 2012	200	5,80	5,00	8,40	101,00
Итого					1573,54