

14.06.2024


 Утверждаю:  
 заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход,г	белки	жиры	углеводы,г	ЭЦ,ккал.
<b>Завтрак( 365)</b>					
Каша ячневая молочная № 181 сб. 2004	180	9,3	7,9	45,7	295
Хлеб пшеничный .сыр	30/6	7,9	475	24,2	172
Кофейный напиток на молоке №286.сб.2015г.	200	0,20	0,03	21,48	38,00
<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
суп вермишелевый № 39 сб.2011	180	4,7	4,6	19,32	184,3
тефтели №9 сб. 2011	55	5,12	8,88	0,60	103
рис отварной № 325 сб.2008	140	3,3	5,5	35	202,6
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>					
печенье ТК № 018	40	3,8	5,00	43,20	185,00
варенец № 401 сб. 2012	200	5,80	5,00	8,40	101,00
<b>Ужин(450)</b>					
<b>Итого за прием:</b>					1512,25