

21.07.2025



Утвержден
заведующий Н.Г. Изотова

Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
Завтрак(365)					
Каша гречневая молочная №184 сб.2008г.	180	8	9,7	25,4	222,3
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	2,37	0,30	14,49	171,67
Кофейный напиток на молоке №286.сб.2015г.	180	0,18	0,03	19,33	34,20
Второй завтрак (180)					
яблоко №10 ТК	100	0,60	0,60	14,76	66,26
Обед(744)					
Икра кабачковая №4-а сб.2011	50	1,83	12,09	7,43	146,30
суп гороховый № 81 сб. 2012	180	3,6	4,5	20	167,00
котлеты из курицы № 310 сб.2012	70	10,4	4	9,3	195,3
Макаронные изделия отварные №215, сб.2015г.	140	3,45	4,23	33,34	191,26
соус № 348 сб. 2011	5	0,58	2,1	4,09	37,25
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)					
печенье домашнее №154 сб. 2005	60	3,75	5,90	27,20	181,00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0,1	0,03	9,1	25
Ужин(450)					
капуста тушеная № 132 сб. 2012	200	12,1	14,5	21,1	264
Хлеб пшеничный	30	1,65	0,3	8,35	44,2
напиток из шиповника № 357 сб. 2012	150	0,10	0,10	15,60	63,90
Итого за прием:					1937,09