

25.06.2024

Утверждаю:

заведующий И.Т. Изотова

Наименование блюда	выход, г	белки	жиры	углеводы, г	ЭЦ, ккал.
<b>Завтрак (425)</b>					
Каша пшеничная молочная №199 сб.2015г.	180	9,12	4,49	29,91	198,78
Кофейный напиток на молоке №286.сб.2015г.	200	0,20	0,03	21,48	38,00
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	2,37	0,30	14,49	171,67
<b>Второй завтрак(80)</b>					
напиток из шиповника № 357 сб. 2012	150	0,10	0,10	15,60	63,90
<b>Обед(705)</b>					
салат из зеленого горошка № 10 сб.2011	60	1,5	2,7	3	40
суп сморской капустой №38 сб2012	180	5,96	8,79	17,51	171,18
рис отварной № 325 сб.2008	140	3,3	5,5	35	202,6
соус № 348 сб. 2011	10	1,16	4,2	8,18	74,5
рыба тушеная с овощами № 247 сб. 2011	60	5,74	2,89	1,54	255
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(270)</b>					
печенье ТК № 018	40	3,8	5,00	43,20	185,00
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	180	0,1	0,03	9,1	25
<b>Ужин 460</b>					
<b>Итого</b>					<b>1553,08</b>