

28.06.2024



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 .сыр	30/6	7,9	475	24,2	172
Чай с сахаром №282 сб,2015г.	200	0,1	0,03	9,1	25
Второй завтрак(80)					
напиток из шиповника № 357 сб. 2012	150	0,10	0,10	15,60	63,90
Обед(705)					
свекольник №58 2011	180	2,04	5	14,1	199,2
Гуляш из мяса №227 сб. 2012г.	60	21,1	21,3	4,9	196,8
каша пшенная № 178 сб. 2004	130	8,9	6,6	49,4	297
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(270)					
пряники ТК № 018	40	3,8	5,00	43,20	185,00
ряженка № 401 сб. 2012	200	5,80	5,00	8,40	101,00
Ужин 460					
ИТОГО					1578,35