



9 день 26 июня

утверждаю заведующий _____ Стефаненко Е.В.

Наименование блюда	Выход,г	Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г	ЭЦ,ккал	С,мл
		всего		всего				
Завтрак(415)								
Запеканка творожная с сметанным соусом№200,сб.2015	190	9,45		10,31		29,47	248,43	0
какао с молоком №283 сб.2015г	200	0,4		3,39		14,53	104,47	0
Бутерброд с маслом	40/10	1,98		0,25		12,08	89,73	0
сыр	6	5,26		5,32		0	70,12	0
Итого за прием	446	17,09		19,27		56,08	512,75	0
Второй завтрак/180/								
Кисломолочный продукт	100	1,5		0,50		21,00	92,1	8
Итого за прием	100	1,5		0,50		21,00	92,1	8
Обед/740/								
Салат из свеклы№19,сб.2015г	40	0,88		3,98		12,48	87,42	0
Рассольник домашний№56,сб.2015г	200	1,71		4,48		10,90	166,83	7,4
Макаронные изделия отварные№215,сб.2015	150	3,45		4,23		33,34	191,26	0
Гуляш из отварного мяса№94	40	14,77		14,93		3,64	197,84	3,2
Компот из консервированных фруктов№292, сб.2015г	200	0,70		0,03		16,80	84,96	20,5
Хлеб ржаной	50	2,64		0,48		13,36	70,71	0
Итого за прием	680	24,15		28,13		90,52	799,02	31,1
Полдник /270/								
яблоко	100	2,22		5,76		10,2	94,5	2
сухарик	30	3,75		5,90		27,2	108,0	0
Чай с сахаром, лимоном№284,сб.2015г	200	0,18		0,04		15,2	0,04	2,8
Итого за прием	330	6,15		11,7		52,6	202,54	4,8
Итого за день	1556	48,89		59,6		220,2	1606,41	43,9