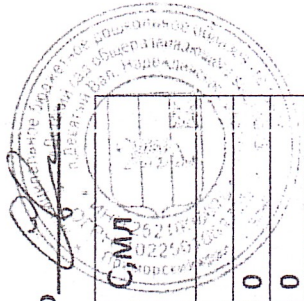


3 день Зима

Утверждено заведующий Е.В. Стефаненко



Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	С, мл
		всего		всего				
Завтрак(415)								
Каша ячневая молочная жидкая №199, сб.2015	200	4,9	7,42	35,54	235,84	0	0	
какао с молоком №283 сб.2015г	200	0,4	3,39	14,53	104,47	0	0	
Хлеб пшеничный с маслом	30/10	2,37	0,30	14,49	71,67			
Итого за прием	440	7,67	11,11	64,56	411,98	0	0	
Второй завтрак/180/								
<i>яблоко</i>	100	1,5	0,50	21,00	92,1	8	8	
Итого за прием	100	1,5	0,50	21,00	92,1	8	8	
Обед/740/								
Обед/745/								
Суп картоф. с борбовыми и гречками»62, сб.2015	200	6,11	3,48	23,66	152,36	0	0	
Вареники ленивые №123 сб.2015г	180/20	16,74	8,22	16,37	206	0	0	
Компот из сух-ств №292, сб.2015г	200	0,92	0,05	20,56	83,25	20,5	20,5	
Хлеб ржаной	50	0,99	0,18	5,01	56,52	0	0	
Итого за прием	650	24,76	11,93	65,6	498,13	20,5	20,5	
Полдник /270/								
Хлеб с повидлом№257, сб.2015г	40/20	4,35	3,57	33,16	182,71	1,18	1,18	
Чай с сахаром, №284, сб.2015г.	200	1,37	0,30	14,49	71,67	3,2	3,2	
Итого за прием	250	5,72	3,87	47,6	254,38	4,38	4,38	
Итого за день	1450	39,65	27,41	198,76	1256,59	32,88	32,88	