

5 день 22 августа

утверждаю заведующий

Стефаненко Е.В

Наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал	С,мл
		всего	всего			
Завтрак(415)						
Каша молочная с крупой пшеничной №75, сб.2015	200	7,56	6,65	22,13	199,72	0
Кофейный напиток №395 сб.2015г	200	0,006	0,01	7,904	31,23	0
Хлеб пшеничный с маслом	30/10	2,37	0,30	14,49	71,67	
сыр, сб.2015	10	5,26	5,32	0	70,12	0
Итого за прием	450	15,19	12,28	44,52	372,74	0
Второй завтрак/180/						
яблоко	100	2,22	5,76	10,2	94,5	2
Итого за прием	100	2,22	5,76	10,2	94,5	2
Обед/740/						
Суп «Шахтерский» №65	200	2,19	6,41	11,45	112,90	0
Голубцы ленивые №122, сб.2015г.	200	0,70	12,60	26,67	183,60	2,5
Компот из сух-ов №292, сб.2015г	200	0,92	0,05	20,56	83,25	20,5
Хлеб ржаной	50	0,99	0,18	5,01	56,52	0
Итого за прием	650	4,8	19,24	63,69	436,27	23
Полдник /270/						
Булочка №53, сб.2015г.	50	10,46	4,8	39,6	244,8	0,09
Чай с сахаром, №284, сб.2015г.	200	0,12	0,02	10,2	41	2,83
Итого за прием	250	10,58	4,82	49,8	285,8	3,2
Итого за день	1450	32,79	42,1	168,21	1189,31	28,2