

3 день 1 октября

утверждаю заведующий Стефаненко Е.В



Наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал	С,мл
		всего	всего			
Завтрак(415)						
Суп молочный с крупой овсяной №72, сб.2015	200	4,12	5,2	17,82	184	0
какао с молоком №283 сб.2015г	200	0,4	3,39	14,53	104,47	0
Бутерброд с маслом	30/10	2,37	0,30	14,49	71,67	
Итого за прием	440	6,89	8,59	46,84	360,14	0
Второй завтрак/180/						
Сок фруктовый	100	0,80	0,16	6,4	97,0	4,5
Итого за прием	100	0,80	0,16	6,4	97,0	4,5
Обед/740/						
Борщ с капустой и картофелем №55, сб.2015г	200	15,98	17,63	15,00	165,32	3,2
Вареники ленивые №123 сб.2015г	180/20	16,74	8,22	16,37	206	0
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	34,63	26,08	56,94	511,09	23,7
Полдник /270/						
сушка	40	1,92	5,04	25,55	101,13	2,3
Чай с сахаром, №392, сб.2015г.	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03
Итого за прием	240	1,98	5,06	35,54	141,13	2,33
Итого за день	1430	44,3	39,89	145,72	1109,36	30,53