

4 день 2 октября

утверждаю заведующий

Стефаненко Е.В

Наименование блюда	Выход,г	Белки,г всего	Жиры,г всего	Углеводы,г	ЭЦ,ккал	С,мл
Завтрак(415)						
Каша ячневая молочная №99 сб.2015г	200	6,64	7,59	28,13	204	1,95
Кофейный напиток №395 сб.2015г	200	0,006	0,01	7,904	31,23	0
Бутерброд с маслом	30/10	2,37	0,30	14,49	71,67	
Итого за прием	440	9,41	11,28	57,15	380,14	1,95
Второй завтрак/180/						
Молоко кипяченое №280, сб.2015г	110	0,11	0,03	9,10	35,25	0
Итого за прием	110	0,11	0,03	9,10	35,25	0
Обед/720/						
Салат из свеклы №19, сб.2015г	50	0,88	3,98	12,48	87,42	0
Суп картоф. с бобовыми и гречками 62, сб.2015	200	6,11	3,48	23,66	152,36	0
Гречка рассыпчатая	150	11,2	7,0	46,2	296	0
Бефстроганов из отварной говядины №94, сб.2015г	50	14,77	14,93	3,64	197,84	3,2
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	53,03	0
Итого за прием	700	23,67	29,62	111,55	869,9	23,7
Полдник /265/						
печенье	40	3,75	5,90	27,2	108,0	0
Чай с сахаром, лимоном №284, сб.2015г.	200	1,37	0,3	14,49	71,67	3,2
Итого за прием	240	5,12	6,2	41,69	179,67	3,2
Итого за день	1490	38,31	47,13	219,49	1464,96	28,85