

2 день 14 октября

утверждаю заведующий

Стефаненко Е.В.

Наименование блюда	Выход,г	Белки,г всего	Жиры,г всего	Углеводы,г	ЭЦ,ккал	С,мл
Завтрак(415)						
Запеканка творожная со сметанным соусом	180/20	7,46	6,25	21,02	169,38	0
Кофейный напиток №395 сб.2015г	200	0,006	0,01	7,904	31,23	0
сыр, сб.2015	10	5,26	5,32	0	70,12	0
Бутерброд с маслом	20/5	1,98	0,25	12,08	89,73	0
Итого за прием	435	14,70	11,83	41	360,46	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/720/						
Икра овощная	50	3,13	5,56	14,38	85	24,99
Борщ с капустой и картофелем №55, сб.2015г	200	15,98	17,63	15,00	165,32	3,2
Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,43	138	18,15
Гуляш 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	2,64	0,48	13,36	70,71	0
Итого за прием	700	49,5	43,45	87,37	740,12	70,04
Полдник /270/						
Бутерброд с повидлом	40/20	4,35	3,57	33,16	182,71	1,18
Молоко кипяченое №280, сб.2015г	200	0,11	0,03	9,10	35,25	0
Итого за прием	260	4,46	3,6	42,26	217,96	1,18
Итого за день	1495	70,88	64,64	180,83	1413,04	73,22