

3 день 17 октября

утверждаю заведующий

Стефаненко Е.В.

Наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал	С,мл
		всего	всего			
Завтрак(415)						
Каша манная молочная	200	8,71	16,82	3,8	217,05	0
Чай с сахаром, №392,сб.2015г.	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03
Бутерброд 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	16,4	22,46	28,28	358,84	0,03
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/						
салат луковый №41 сб.2011г.	60	0,74	0,05	6,96	31,38	2,88
Суп с рыбными консервами №87 ,сб.2015г	200	5,16	5,04	8,6	100	5,47
Вареники ленивые с сметанным соусом №123 сб.2015г	150/20	16,74	8,22	16,37	206	0
Компот из смеси 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	710	26,2	13,84	65,85	491,43	28,85
Полдник /270/						
сухарь	40	3,75	5,90	27,2	108,0	0
Сок фруктовый	100	0,80	0,16	6,4	97,0	4,5
Итого за прием	240	4,55	6,06	33,6	205	4,5
Итого за день	1500	49,37	48,12	137,93	1149,77	35,38