

8 день 24 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 молочная с гречневой крупой	200	6,21	5,25	21,48	184,36	2,73
Какао №286 сб.2015г	200	2,77	0,35	16,91	83,62	0
Бутерброд с маслом	40/10	1,98	0,25	12,08	89,73	0
Итого за прием	450	10,96	5,85	50,47	357,71	2,73
Второй завтрак						
Фрукты свежие	100	0,75	0,15	15,15	107,50	3,0
Итого за прием	100	0,75	0,15	15,15	107,50	3,0
Обед/720/						
Щи со свежей капустой №52,сб.2015г	200	1,44	4,14	6,98	71,3	3,5
Плов №134,сб.2015г.	200	21,84	25,82	34,25	409,69	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	25,19	30,19	66,8	620,76	24
Полдник /270/						
сухарик	40	3,75	5,90	27,2	108,0	0
Компот из свежих яблок №373,сб.2011г	200	1,2	0,7	139,16	568,00	3,06
Итого за прием	240	4,95	6,6	166,36	676	3,06
Итого за день	1440	41,85	42,79	298,78	1761,97	32,79