

3 день 19 ноября

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
Кофейный напиток №395 сб.2015г	200	0,006	0,01	7,9	31,23	0
какао с молоком №283 сб.2015г	200	0,4	3,39	14,53	104,47	0
Хлеб пшеничный с маслом	30/10	2,37	0,30	14,49	71,67	
Итого за прием	440	6,49	5,21	40,21	286,9	0
Второй завтрак/180/						
Кисломолочный продукт	100	5,22	5,76	7,2	104,94	2,4
Итого за прием	100	5,22	5,76	7,2	104,94	2,4
Обед/740/						
свекольник №67, сб.2015г	200	1,72	4,92	7,43	100,79	0
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	20,37	13,37	49,37	446,56	20,5
Полдник /270/						
печенье	40	1,92	5,04	25,55	101,13	2,3
Компот из консервированных фруктов №292, сб.2015г	200	0,70	0,03	16,80	84,96	20,5
Итого за прием	240	2,62	5,07	42,35	186,09	22,8
Итого за день	1430	34,7	29,41	139,13	1024,49	250,9