

4 день 20 ноября

утверждаю заведующий Стефаненко Е.В.



Наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал	С,мл
		всего	всего			
автрак(415)						
Каша пшенная молочная №99 сб.2015г	200	5,67	5,28	32,55	200	0
Кофейный напиток №395 сб.2015г	200	0,006	0,01	7,9	31,23	0
Бутерброд с маслом	40/10	1,98	0,25	12,08	89,73	0
Итого за прием	450	6,65	5,54	52,53	320,96	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/740/						
Овощи тушеные	50	3,13	5,56	14,38	85	24,99
Суп рыбный №95, сб.2011г	200	18,48	1,99	9,9	145,6	5,47
Макаронные изделия отварные №215, сб.2015	150	3,45	4,23	33,34	191,26	0
Бефстроганов из отварного мяса №278с. 2011	50	15,51	12,43	3,29	187	0,01
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	44,13	24,74	94,83	762,82	50,97
Полдник /270/						
пряник	40	1,92	5,04	25,55	101,13	2,3
Чай с сахаром, №392, сб.2015г.	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03
Итого за прием	240	1,98	5,06	35,54	141,13	2,33
Итого за день	1490	54,98	41,1	193,1	1319,41	55,3