

5 день 21 ноября

утверждаю заведующий Стефаненко Е.В.



Наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал	С,мл
		всего	всего			
Завтрак(415)						
Каша пшеничная молочная №99 сб.2015г	200	5,67	5,28	32,55	200	0
какао с молоком №283 сб.2015г	200	0,4	3,39	14,53	104,47	0
Бутерброд с маслом	40/10	1,98	0,25	12,08	89,73	0
Итого за прием	450	9,02	11,23	54,74	398,2	1,95
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/						
Салат из свеклы №19, сб.2015г	60	0,85	3,65	5,19	56,34	5,7
Суп крестьянский с крупой пшеничной №64, сб.2015г	200	2,19	6,41	11,45	112,90	0
Рагу из овощей №153, сб.2015	200	12,1	14,5	21,1	264,0	6,9
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	53,03	0
Итого за прием	710	17,05	24,79	577,12	569,52	33,1
Полдник /265/						
вафли	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	1500	30,27	46,84	677,6	1203,35	39,38