

День 03.12.2021

Директор

А. И. Смирнова

Утверждаю

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы								
Завтрак	Горячее блюдо	189/2010	Каша жидкая геркулесовая молочная, м.сл	200/5	15,5	201.868	6.317	8,642	24.24								
		433/2010	Какао с молоком	200	10	144,838	3,628	3,079	25,574								
Завтрак 2	хлеб	к/к	Батон нарезной из муки высшего сорта обогащенный микронутриентами	65	4,55	141	4.302	1.62	31.8								
										510/ Пр.2002	колбаса	30	10,2	77.28	3.849	6.676	0.451
										13/2010	Масло сливочное порциями	15	9,3	112.2	0,075	12.375	0.12
										к/к	Йогурт в индивидуальной упаковке 2.5%	125	21,8	128.75	3.75	3.125	21.5
										к/к	Батон нарезной из муки высшего сорта обогащенный микронутриентами	30	2,1	70.5	2.151	0.81	15.9
Обед	фрукты	10.12/Пр.2010	яблоко	200	19	71.808	0.704	0.704	17.248								
										8.10/Пр.2010	Огурец свежий	100	14	14	0.8	0.1	2.5
										75/2010	Борщ с мясом и сметаной	300/20/5	26	153.276	9.131	6.651	13.971
										311/2008	Плов из птицы	250	38	600.107	25.605	35.201	45.324
	Напиток	401/2008	Компот из кураги витаминизированный	200	6,5	108.966	0.462	0.166	25.88								
										к/к	Хлеб ржаной обогащенный	90	4	162.4	4.88	0.88	33.68
	хлеб	к/к	Батон нарезной из муки высшего сорта обогащенный микронутриентами	55	4	141	4.302	1.62	31.8								