

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	10.11.25
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

Завтрак

2	5	10	92	20/3	Бутерброд с маслом	-
7	7	30	201	200	Каша гречневая молочная	-
3	2	16	92	150	Кофейный напиток злаковый на молоке	-
12	14	56	386			-

Второй завтрак

1	-	9	41	80	Сок фруктовый	-
1	-	9	41			-

Обед

-	3	5	47	40	Салат из зелёного горошка и кукурузы	-
1	3	7	58	150	Свекольник со сметаной и яйцом	-
9	13	27	276	0,17	Жаркое по-домашнему	-
-	-	21	82	150	Компот из сухофруктов	-
5	1	37	178	20/15	Хлеб пшеничный, ржаной	-
16	20	98	641			-

Уплотненный полдник

1	-	9	45	20	Хлеб пшеничный	-
7	8	20	183	200	Вермишель на молоке	-
4	10	27	216	50	Оладьи с повидлом	-
-	-	13	48	180	Чай с сахаром	-
-	-	-	-	0,003	Соль йодированная	-
13	17	69	492			-
41	52	232	1 560			-

Руководитель

Седых Е.Н.

Калькулятор

Исаева И.В.



