УТВЕРЖДАЮ:Н.Н.Лозовенко

19 октября 2022

25

с 11 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г		Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	цена, руб
Завтрак		*12,3*	*18,5*	*79,7*	*533*	
каша гречневая с маслом	200\5	6,5	6,1	30,2	202	13,39
Бутерброд с маслом	30\15	2,5	9,9	14,5	157	10,26
Кофейный напиток на молоке сгущенным	200	1,9	2,3	16,2	93	12,58
яблоко	295	0,6	0,0	21,6	63	23,30
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	81	2,35
Обед		*32,8*		*130,9*	*957*	
овощи свежие	100	0,7	0,1	1,9	11	12,97
борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной с говядиной	250/5/10	4,4	5,5	12,7	118	17,84
курица запеченная	100	16,2	15,1	0,7	203	44,69
рагу из овощное	180	4,2	11,3	23,0	211	10,89
сок яблочный	200	0,5	0,0	34,0	138	12,72
Хлеб пшеничный	80	4,0	1,1	32,4	155	4,95
Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	121	3,53
Полдник		*21,5*	*19,4*	*41,4*	*426,0*	
сырники из творога запеченные с молоком сгущенным	100	15,7	14,4	32,0	320	46,71
молоко питьевое	200	5,8	5,0	9,4	106	10,08
УЖИН						
мясо духовое	100	13,4	9,2	4,5	154	40,07
макаронные изделия отварное	180	3,8	3,4	41,1	210	3,65
чай с медом	200	0,1	0,0	10,0	40	2,27
хлеб пшеничный	30	1,5	0,4	12,2	58	1,86
Хлеб ржаной	30	1,1	0,2	14,1	61	1,76
печенье	20	1,7	0,9	4,9	35	5,26
снежок *206,25*		*5*	*6 ,4*	*7*	*107*	*18,56*

299,69

Мед. Работник _____

Повар-бригадир _____