



Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

день 2					Энергетическая ценность г
Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г		



Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

день 2					Энергетическая ценность г
Наименование блюда	масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	

Завтрак						Завтрак					
К						К					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,7	9,0	27,7	219,0	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6	8,9	22,8	195,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,8	6,8	18,4	146,3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,8	6,6	18,5	144,9
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,8	16,4	127,9	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,3	14,8	115,7
Итого за прием пищи:		14,2	20,6	62,5	493,2	Итого за прием пищи:		12,9	19,8	56,1	456,3
II Завтрак						II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	99	0,6	0,1	11,9	50,7	СОК ФРУКТОВЫЙ	121	0,6	0,1	12,3	52,3
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,9	50,7	Итого за прием пищи:		0,6	0,1	12,3	52,3
Обед						Обед					
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,7	2,1	26,7	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	1,6	2,3	26,6
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200	3,8	6,5	10,8	123,2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	130	3,2	6,0	7,4	100,2
ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	13,2	14,3	9,4	218,7	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	13,1	14,3	9,4	216,9
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,47	21,25	127,82
ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	48	3,2	0,4	20,6	99,3	ХЛЕБ "Украинский Новый" рж.0,65кг	49	3,3	0,4	20,8	100,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,0	36,5	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0	9,1	37,0
Итого за прием пищи:		24,0	26,37	73,15	632,22	Итого за прием пищи:		23,4	25,77	70,25	608,82
Полдник						Полдник					
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	5,8	6,4	41,9	248,8	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	6,0	6,5	41,8	249,4
Итого за прием пищи:		5,8	6,4	41,9	248,8	Итого за прием пищи:		6,0	6,5	41,8	249,4
Ужин						Ужин					
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО С ЛУКОМ	50	0,9	3,1	3,6	46,3	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО С ЛУКОМ	50	1,0	3,3	3,6	48,5
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,4	1,8	3,6	32,7	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	2,1	3,0	31,9
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	16,7	14,3	15,5	256,3	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	115	16,1	13,8	15,2	248,9
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	39	3	0,2	19,9	94	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ в/с.0,60кг	40	3,1	0,2	20,1	94,7
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	16,7	80,0	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	15,4	74,5
Итого за прием пищи:		21,5	19,6	59,3	509,3	Итого за прием пищи:		21,1	19,6	57,3	498,5
Всего за день:		66,1	73,07	248,7	1934,2	Всего за день:		64,0	71,77	237,75	1865,32

Стоимость 179 р

Стоимость 179 р