

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
270	Рагу из птицы картофель в/к, филе грудки куриное (нарезка кубик), морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с	Белки-12, Жиры-21, Углеводы-14, Калорийность-308	79-12
30	Печенье "Мария" (галеты)	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-22, Калорийность-114	5-28
205	Чай с лимоном сахар-песок, лимон, чай черный лист	Углеводы-15, Калорийность-61	3-80
65,34	Хлеб пшеничный	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-27, Калорийность-133	5-79
50	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-71	3-71
620,34	Итого за Завтрак	Белки-22, Жиры-23, Углеводы-96, Калорийность-687	97-70
Обед			
80	Салат Здоровье морковь в/к, свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-78	11-39
250	Суп картофельный с фасолью картофель в/к, фасоль, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, лавровый лист	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-145	22-05
100	Тефтели из говядины с рисом фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, масло сливочное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная, сахар-песок	Белки-9, Жиры-14, Углеводы-13, Калорийность-196	53-39
180	Капуста тушеная капуста в/к, лук в/к, морковь в/к, томат-паста, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, соль йодированная	Белки-7, Жиры-6, Углеводы-24, Калорийность-177	34-61
180	Кисель из к/ц плодового или ягодного кисель плодово-ягодный, сахар-песок	Углеводы-28, Калорийность-112	6-52
25	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-23
23	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Углеводы-8, Калорийность-42	1-71
838	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-29, Углеводы-117, Калорийность-819	131-90
Полдник			
75	Сочни с творогом. яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в/с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная	Белки-10, Жиры-14, Углеводы-19, Калорийность-249	29-39
200	Напиток из варенья варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная	Углеводы-25, Калорийность-98	9-14
100	Фруктовая нарезка (яблоко)	Углеводы-11, Калорийность-47	15-47
375	Итого за Полдник	Белки-11, Жиры-14, Углеводы-55, Калорийность-394	54-00
375	Итого за день	Белки-60, Жиры-66, Углеводы-267, Калорийность-1 900	283-60

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП