

Меню на 7 сентября						
Наименование блюд						ценность
			белки	жиры	угл-ды	Ккал
	ЗАВТРАК					
Каша Геркулесовая молочная с маслом	200/5	6,70	7,50	22,00	182,30	
Чай с молоком,сахаром	180/5	2,60	2,30	14,30	89,00	
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,30	4,50	15,40	111,00	
Итого:	425	11,60	14,30	51,70	382,30	
Сок	125	1,20	0,00	12,00	49,60	
яблочно-абрикосовый						
Итого:	125	1,20	0,00	12,00	49,60	
	550	12,80	14,30	63,70	431,90	
	ОБЕД					
Салат из свежих помидор	50	0,56	3,10	2,33	39,50	
Свекольник со сметаной	200/6	3,16	5,40	8,14	94,00	
Гуляш из индейки	45/45	7,56	10,70	24,60	225,00	
Каша гречневая вязкая	130/3	4,90	3,50	21,00	135,10	
Напиток из урюка	180	0,6	0,0	15,0	63	
Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
Итого:	696,5	18,58	23,13	89,07	638,60	
	ПОЛДНИК					
Ватрушка с повидлом	50	7,8	8,00	43,00	275	
Ряженка	120	4,30	3,00	5,00	64,00	
Рагу из овощей	130	2,00	6,00	13,65	117,00	
Хлеб пшеничный 1с	23	1,80	0,23	11,30	54,50	
Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20,38	
Итого:	508	15,96	17,25	77,94	530,88	
ВСЕГО:	1754,5	47,34	54,68	230,71	1601,38	

ДОКУМЕНТ ПОДЛИСКИ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 03E412AF32FAA8E8884911C8E1E84395
Выдан: 04.08.2015 10:10:30
Действителен с 30.12.2015 по 30.12.2022