

Сезон: осенне-зимний
 Возрастная категория: 12 лет и старше

на « 15» сентября 2022 г

Наименование блюда	Норма по СР	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл
Девятый день (четверг)						
Завтрак						
Запеканка творожная	366*	55	7,7	4,13	8,8	131
Кофейный напиток	692*	200	2,5	3,6	28,70	152
Хлеб пшеничный		50	3,9	1,05	26,50	132
Итого:		305	14,5	9,08	74,7	484
Обед						
Салат из белокочанной капусты	43*	100	1,33	3,33	6,50	60
Суп картофельный рыбный	133*	250	5,16	3,39	20,07	134,00
Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе	471*	100(60/40)	3,3	5,94	4,8	119,00
Каша пшеничная вязкая	302*	280	28,69	14,21	32,70	381,00
Компот из изюма	638*	200	0,36	0	33,16	128,00
Хлеб ржаной		60	4,2	0,72	27,42	126
Итого:		990	43,04	27,59	124,65	948
Полдник						
Булочка	768*	50	3,95	5,11	24,38	158
Чай с лимоном	686*	200	0,26	0,06	15,22	59
Итого:		250	5,11	5,37	47,7	257
Всего:		1545	62,65	42,04	247,05	1689

Повар: _____ Н.А. Стёксова