

27.05.2025г.

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	-----------------	---	-------------------

Завтрак сад

200/150	Каша пшённая молочная жидкая	111	Калорийность-282, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-30	13-30
28/20	батон	0	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	3-00
7/6,0	сыр порционно	6	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	8-50
180/150	Кофейный напиток	264	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13	16-00

Итого за Завтрак сад

Калорийность-460, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-55

Завтрак 2 сад

100	Яблоки	248	Калорийность-44, Углеводы-10	26-25
-----	--------	-----	------------------------------	-------

Итого за Завтрак 2 сад

Калорийность-44, Углеводы-10

Обед сад

50	Салат Картофельный	3	Калорийность-90, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-8	6-70
200/150	Рассольник ленинградский	60	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	15-00
150	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	106	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	7-00
50/50	гуляш из курицы	177	Калорийность-158, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-13	43-20
180/150	Напиток из шиповника	267	Калорийность-55, Углеводы-13	6-00
30/20	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	3-00
30/20	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-58, Белки-1, Углеводы-12	3-00

Итого за Обед сад

Калорийность-662, Белки-28, Жиры-26, Углеводы-93

Полдник сад

50	Пирожки печеные из теста дрожжевого с капустой	12 003,01	Калорийность-175, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-29	6-00
200/150	Чай с лимоном	261	Калорийность-37, Углеводы-9	3-00

Итого за Полдник сад

Калорийность-213, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-29

Итого за день

Калорийность-1 379, Белки-45, Жиры-49, Углеводы-196

159-95

Руководитель _____