

Наименование блюд		Выход блюд	
		Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК			
25-Каша жидкая молочная		130	131.44
25-Кофейный напиток с молоком		180	60.66
25-Бутерброд с маслом и сыром		35/5/9	151.97
25-. Молоко кипяченое 100/130		100	59.20
ОБЕД			
25-Свекольник со сметаной, с мясом		180	92.06
25-Икра кабачковая (промышленного произв		30	11.52
25-Гуляш		60	140.35
25-Каша перловая рассыпчатая		110	144.72
25-Кисель из ягод свежемороженных		180	54.01
25-Хлеб пшеничный		15	35.16
25-Хлеб ржаной		20	38.96
ПОЛДНИК			
25-Кисломолочный напиток 180/200		180	113.04
Пряник		20	71.04
УЖИН			
25-Сельдь с луком репчатым		60	108.94
25-Картофель отварной		120	120.44
25-Чай с лимоном		180	20.84
25-Хлеб пшеничный		20	46.88
25-Хлеб ржаной		20	38.96
Итого калорийность: 1440.19 Ккал.			

Наименование блюд		Выход блюд	
		Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК			
25-Каша жидкая молочная		200	238.85
25-Кофейный напиток с молоком		200	62.88
25-Бутерброд с маслом и сыром		50/5/13	215.04
25-. Молоко кипяченое 100/130		130	76.96
ОБЕД			
25-Свекольник со сметаной, с мясом		200	102.80
25-Икра кабачковая (промышленного произв		50	13.21
25-Гуляш		80	186.44
25-Каша перловая рассыпчатая		150	190.23
25-Кисель из ягод свежемороженных		200	65.20
25-Хлеб пшеничный		20	46.88
25-Хлеб ржаной		25	52.60
ПОЛДНИК			
25-Кисломолочный напиток 180/200		200	99.38
Пряник		50	188.75
УЖИН			
25-Сельдь с луком репчатым		70	142.64
25-Картофель отварной		130	132.79
25-Чай с лимоном		200	24.86
25-Хлеб пшеничный		25	57.26
25-Хлеб ржаной		25	48.70
Итого калорийность: 1945.47 Ккал.			