ОБЕД

17.05.2021

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход,г** | **Белки,г** | **Жиры,г** | **Углеводы,г** | **ЭЦ,ккал** |
|
| Суп гороховый с картофелем | 150 | 2,9 | 2,42 | 3,7 | 48,32 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |
| Картофельное пюре | 150 | 4,3 | 6,05 | 42,3 | 164,2 |
| Голубцы ленивые | 75 | 6,56 | 6,69 | 4,93 | 106,21 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| **Итого** | **685** | **22,06** | **24,36** | **151,33** | **788,89** |

18.05.2021

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход,г** | **Белки,г** | **Жиры,г** | **Углеводы,г** | **ЭЦ,ккал** |
|
| Салат из моркови с растительным маслом | 100 | 1,22 | 7,09 | 6,49 | 95,83 |
| Плов с курицей | 150 | 17,8 | 13,7 | 27,32 | 304 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |
| **Итого** | **550** | **27,32** | **21,79** | **134,11** | **794,99** |

19.05.2021

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход,г** | **Белки,г** | **Жиры,г** | **Углеводы,г** | **ЭЦ,ккал** |
|
| Макароны запеченые с сыром | 205 | 8,09 | 8,58 | 39,24 | 272 |
| Салат из свежих огурцов и помидоров | 90 | 0,8 | 9,1 | 2,6 | 95,4 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |
| **Итого** | **595** | **17,19** | **18,68** | **142,14** | **762,56** |

20.05.2021

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход,г** | **Белки,г** | **Жиры,г** | **Углеводы,г** | **ЭЦ,ккал** |
|
| Суп гороховый с картофелем | 150 | 2,9 | 2,42 | 3,7 | 48,32 |
| Картофельное пюре | 150 | 4,3 | 6,05 | 42,3 | 164,2 |
| Салат из свежих огурцов и помидоров | 90 | 0,8 | 9,1 | 2,6 | 95,4 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| **Итого** | **700** | **16,3** | **26,77** | **149** | **778,08** |

21.05.2021

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход,г** | **Белки,г** | **Жиры,г** | **Углеводы,г** | **ЭЦ,ккал** |
|
| Суп молочный с крупой (пшенка) | 200 | 5,8 | 5,48 | 18,57 | 146,8 |
| Винегрет овощной | 100 | 1,57 | 10,18 | 6,7 | 129,23 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,32 | 2,95 | 0 | 36,4 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0 | 8,2 | 0,1 | 75 |
| **Итого** | **620** | **17,99** | **27,81** | **125,67** | **782,59** |

22.05.2021

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход,г** | **Белки,г** | **Жиры,г** | **Углеводы,г** | **ЭЦ,ккал** |
|
| Суп молочный с крупой (рис) | 200 | 4,82 | 1,02 | 16,83 | 132,4 |
| Салат из свежих огурцов и помидоров | 90 | 0,8 | 9,1 | 2,6 | 95,4 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 7,9 | 1 | 48,3 | 235 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 52 | 160,16 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) | 20 | 0 | 16,4 | 0,2 | 150 |
| **Итого** | **610** | **13,92** | **27,52** | **119,93** | **772,96** |