



17.06.2022г		Утверждаю													
		Начальник ЛОЛ							Шереметьева Л.А.						
наименование блюд	выход	цена	калорийн.	белки	жиры	углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак															
Бутерброд с повидлом	150/20	3-78	103,3	1,05	2,71	18,37	0,02	0	0	0,22	4	13	2,8	0,22	
Каша молочная гречневая с маслом		14-86	302	8,8	10,33	41,5	0,18	1,4	0,07	0,5	136	237	112	3,4	
Чай с сахаром	200	1-66	58	0,2	0	0,15	0	0	0	0	11	3	1	0,3	
Хлеб пшеничный витаминиз.	30	1-80	82,5	3,21	1,35	13,1	0,03	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33	
Яблоко	140	21-84	47	0,4	0,4	9,8	2	11	0,6	1,3	1,6	1,4	2,3	1,2	
итого	43-94														
ОБЕД															
Суп картофельный с горохом и курой	250/20	23-00	305	14,19	9,25	41,94	0,3	7,1	180,1	0,41	70,8	125,5	55,2	2,9	
Котлета рыбная	100	37-25	184,2	12,3	11	9	0,06	0,2	24	0	28	212	40	1,2	
Картофельное пюре	180	17-64	226,8	3,8	9,9	26,2	0,15	6,1	0,05	0,18	42	88	30	13,2	
Соус красный основной	30	1-84	61,7	4,95	2,5	5,05	0	0,5	0	0,06	1,35	4,6	2,3	0,1	
Напиток "Витошка"	200	4-32	75	0	0	18,8	0,3	20	0,12	2,3	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный витаминиз.	50	3-00	137	5,35	2,25	21,75	0,05	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55	
итого	87-05														
Полдник															
сок 200мл	1	23-00	89,6	0	0	23,6	0	0	0	0	0	0	0	0	
булочка с маком	1	25-00	165	3,9	4,7	25,2	0,6	0	9	2	15	44,5	6,5	0,6	
итого	48-00														
Завтрак инвалид															
Бутерброд с маслом	35	10-80	138	1,32	11	8,2	0,03	0	0,04	0,4	6,4	22,5	4,2	2	
Каша молочная гречневая с маслом		15-06	302	8,8	10,33	41,5	0,18	1,4	0,07	0,5	136	237	112	3,4	
Чай без сахара	200	1-80	1,5	0,2	0	0,1	0	0	0,2	0	11	3	1	0,3	
Яблоко	140	21-84	47	0,4	0,4	9,8	2	11	0,6	1,3	1,6	1,4	2,3	1,2	
итого	49-50														
ОБЕД инвалид															
Суп картофельный с горохом и курой	250/20	23-00	305	14,19	9,25	41,94	0,3	7,1	180,1	0,41	70,8	125,5	55,2	2,9	
Котлета рыбная	100	37-25	184,2	12,3	11	9	0,06	0,2	24	0	28	212	40	1,2	
Картофельное пюре	180	17-64	226,8	3,8	9,9	26,2	0,15	6,1	0,05	0,18	42	88	30	13,2	
Соус красный основной	30	1-84	61,7	4,95	2,5	5,05	0,05	0	0,06	1,35	4,6	2,3	0,1		
Чай без сахара	200	1-80	1,5	0,2	0	0,1	0	0	0,2	0	11	3	1	0,3	
итого	81-53														
Полдник инвалид															
сок 200мл	1	23-00	89,6	0	0	23,6	0	0	0	0	0	0	0	0	
булочка с маком	1	25-00	165	3,9	4,7	25,2	0,6	0	9	2	15	44,5	6,5	0,6	
итого	48-00														
	Зав.столовой														

Зав.столовой Чернусова Н.М.