

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

4г.

В.И. Юшина

Понедельник

Техн. карт. №	Название блюда	Выход блюда в гр		Калорийн	Белки	Жиры	Углевод
Завтрак							
54-6к-2020	Каша молочная пшеничная	250	0	235,25	15,11	4,43	65,43
54-1о-2020	Омлет натуральный	40	0	65,14	3,67	5,20	0,95
54-23/гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200		86,00	3,80	2,90	11,30
54-19з-2020	Масло слив	10		66,10	0,10	7,20	0,10
МР-2.4.0260-21	Батон йодированный	60		142,02	4,56	0,48	29,52
II завтрак	Итого	560	0	594,51	27,24	20,21	107,30
	Сок	200		120,00	1,40	0,20	26,40
МР-2.4.0260-21	Апельсины	200	0	75,60	1,68	0,40	15,12
Обед	Итого	400		195,60	3,08	0,60	41,52
54-7/с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	300		179,40	3,74	15,17	57,75
54-8/г-2020	Тушеная капуста с мясом	250		173,40	15,68	16,50	18,25
54-1хн-2020	Компот из сухофруктов с витамином С	200		81,00	0,50	0,00	19,80
МР-2.4.0260-21	Хлеб	80		278,00	10,40	1,92	13,41
Полдник	Итого	830		711,80	30,32	33,59	109,21
пром.	Кондитерское изделие (печенье)	30		43,20	1,14	1,68	18,06
Ужин	Итого	30		43,20	1,14	1,68	18,06
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	100		67,10	0,60	5,30	24,10
54-11г-2020	Картофельное пюре	200		148,69	3,41	5,55	21,12
№146Пермь2001	Рыба жареная	120		234,00	12,52	14,12	5,84
54-2/гн-2020	Чай	200		26,80	0,20	0,00	6,50
МР-2.4.0260-21	Батон йодированный	80		189,36	6,08	0,64	39,36
54-19з-2020	Масло слив	10		66,10	0,10	7,20	0,10
II Ужин		710		732,05	22,91	32,81	97,02
МР-2.4.0260-21	Йогурт	200		46,20	6,10	5,00	11,00
	Итого	200		46,20	6,10	5,00	11,00
Всего		2730		2323,37	90,79	93,89	384,11

Е.В. Барыкина