



№ 13.05.2022г.

92

САНДОМЕРСКИЙ РАЙОН

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	, ккал
ЗАВТРАК					
Пудинг творожный запеченый(соус молочный)100/73	173	13,62	9,52	29,23	257,08
Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98
Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
	408	19,60	17,90	53,30	452,71
ЗАВТРАК 2					
Фрукты свежие (яблоки,бананы,апельсины)	100	1,50	0,50	21,03	95,00
	100	1,50	0,50	21,03	95,00
ОБЕД					
Суп-лапша домашняя (курицей)175/25	200	8,74	10,50	16,82	198,46
Запеканка картофельная с печенью(соус сметанный с томатом)100/50	150	11,10	7,95	15,11	176,39
Салат из свеклы отварной	60	0,90	3,30	5,04	53,40
Кисель из яблок+вит.С	200	0,12	0,12	20,18	80,82
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	690	26,64	22,63	91,77	678,77
ПОЛДНИК					
Булочка "Кчаю"	70	1,32	4,92	18,06	126,60
Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00
	250	7,12	9,92	27,66	234,60
УЖИН					
Пудинг маннй	180	1,98	5,58	36,36	203,40
Молоко сгущенное	50	2,60	3,25	22,75	130,65
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	470	7,82	9,15	89,81	471,65
	1918	62,68	59,70	284,61	1881,13