

10 день - ПЯТНИЦА - 21.03.25г. *САД*

10 день - ПЯТНИЦА - 21.03.25г. *АСЛИ*

Завтрак:	ВЫХОД	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	Ккал	Завтрак:	ВЫХОД	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	Ккал
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	190	5,30	5,81	18,74	148,28	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	160	4,46	4,90	15,78	124,86
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК						КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК					
С МОЛОКОМ	180	2,51	2,87	17,74	106,82	С МОЛОКОМ	150	2,09	2,39	14,78	89,02
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,73	0,67	11,82	60,95	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,75
СЫР	9	2,21	2,57		31,86	СЫР	8	1,96	2,28		28,32
Второй завтрак:						Второй завтрак:					
СОК ФРУКТОВЫЙ-яблочный	130			13,00	58,50	СОК ФРУКТОВЫЙ-яблочный	120			12,00	54,00
Обед:						Обед:					
СВЕЖИЙ ПОМИДОР ПОРЦИОННО	40	0,35	0,08	1,56	7,20	СВЕЖИЙ ПОМИДОР ПОРЦИОННО	35	0,31	0,07	1,36	6,30
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ С МЯСОМ КУР	180	0,90	1,01	6,12	37,17	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ С МЯСОМ КУР	160	0,80	0,90	5,44	33,04
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	175	14,81	15,25	10,50	235,29	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	145	12,27	12,63	8,70	194,95
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,62		18,91	42,18	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,51		15,76	35,15
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,44	16,40	80,00	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,22	8,20	40,00
Уплотнённый полдник:						Уплотнённый полдник:					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	6,26	9,71	1,64	119,04	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	5,81	9,02	1,52	110,54
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11		10,84	43,78	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09		9,03	36,48
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,73	0,67	11,82	60,95	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,75
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		39,17	39,08	139,09	1032,02	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		31,88	33,29	107,99	832,16

СТОИМОСТЬ 150-РУБЛЕЙ

СТОИМОСТЬ 130-РУБЛЕЙ

ЗАВЕДУЮЩИЙ
МЕДСЕСТРА
КАЛЬКУЛЯТОР
М.В.Обергос
М.А.Чурбанова
Ю.Ю.Семенова



ЗАВЕДУЮЩИЙ
МЕДСЕСТРА
КАЛЬКУЛЯТОР
М.В.Обергос
М.А.Чурбанова
Ю.Ю.Семенова

