





06.03.2023

СООС "ПРИС ТНО"

Владимир Владимирович
Зинченко

(11-18 (10 дней))

Выход (г)	Наименование блюда	кал. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

Завтрак

150/5	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-244, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-38
60/30	Биточки мясные с томатным соусом	Калорийность-147, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-12
60	Пряники	Калорийность-220, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-45
200/10	Чай с сахаром	Калорийность-63, Углеводы-16
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23

Итого за Завтрак Калорийность-788, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-134

Обед

250	Суп картофельный с крупой	Калорийность-99, Белки-3, Углеводы-21
225	Рыба, запеченная с картофелем	Калорийность-383, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-28
200/10	Чай с сахаром	Калорийность-63, Углеводы-16
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18

Итого за Обед Калорийность-735, Белки-32, Жиры-24, Углеводы-103

Итого за день Калорийность-1 523, Белки-54, Жиры-46, Углеводы-237

Зинченко

