

17.11.2020

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
180	Груши	Калорийность (ЭЦ)-85, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
150	Каша гречневая	Калорийность (ЭЦ)-260, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-34
10	Масло сливочное порциями	Калорийность (ЭЦ)-66, Жиры-7
100	Филе курицы, тушенное в соусе томатном	Калорийность (ЭЦ)-100, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-5
200	Компот	Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-1, Углеводы-25
30	Хлеб пшеничный	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-687, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-98

Итого за день Калорийность (ЭЦ)-687, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-98

Директор МАУ "Дербентгорснаб"

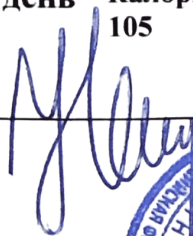


Фарухова Ольга Чигалиевна

16.11.2020

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Фрукт	Калорийность (ЭЦ)-31, Углеводы-7
10	Масло сливочное порциями	Калорийность (ЭЦ)-66, Жиры-7
150	Каша пшеничная рассыпчатая	Калорийность (ЭЦ)-221, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-35
50	Сосиски отварные	Калорийность (ЭЦ)-118, Белки-5, Жиры-10
200	Какао на молоке	Калорийность (ЭЦ)-122, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25
30	Хлеб пшеничный	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-720, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-105
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-720, Белки-20, Жиры-26, Углеводы-105

Директор МАУ "Дербентгорснаб"



Фарухова Ольга Чигалиевна

