

20.12.22.

УТВЕРЖДАЮ


 Директор ФВАОУ "ВНИИТЭС" Колесова Е.А.

№ рецепта	Наименование блюда	Выход г, мл	Пищевые вещества			Калорийность, ккал
			Б * 2 *	Ж	У	
Завтрак						
№173, Мог.,2005	Каша из овсяных хлопьев	200/5	3,56	10,02	13,81	159,66
№108, Пермь,2013	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,56	138,6
№109, Пермь,2013	Хлеб ржаной	30	2,37	0,18	13,3	64,62
№15, Могильн.2005	Сыр	30	7,68	7,83		101,19
№61, Мог.,2005	Салат из моркови с яблоками и курагой	100	1,05	6,14	8,55	93,77
№384, Мог.,2005	Какао со сгущенным молоком	200	3,28	3	20,64	122,68
Итого по подменю:			22,68	27,77	84,86	680,52
Обед						
№24, Мог.2005	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,75	6,15	3,84	73,69
№82, Могильный,2005	Борщ с капустой и карт. со сметаной	250/20	2,57	9,19	14,06	149,04
№105, Могильный	Фрикадельки мясные к супу	20	0,52	0,3	0,19	5,62
№304, Мог. 2005	Рис отварной	200	5,36	4,99	44,91	246,03
№267,Мог.2005	Шницель нат.рубл.из говядины	100	4,51	9,57	11,21	148,95
№388, Мог.2005	Напиток из плодов шиповника витам.	200	0,68	0,28	27,62	115,73
№108, Пермь,2013	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	28,56	138,6
№109, Пермь,2013	Хлеб ржаной	60	4,74	0,36	26,76	129,24
Итого по подменю:			23,87	31,44	157,15	1006,9
Итого за день:			46,55	59,21	242,01	1687,42