

И. Т. Сидорова

№ 22. Дюртюли

Блюдо	№ реп.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша пшеничная с маслом	186	150/5	181	5,6	6	27,4
Чай с сахаром	283	200	39,9			9,98
Хлеб пшеничный	420,06	55	123	5	0,5	25,1

Блюдо	№ реп.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Тефтели куриные с соусом	66	60/30	204	26,46	12,54	20,06
Картофельное пюре	227,7	150	117	3,5	4,8	14,7
Какао с молоком	192	200	136	4	4	22,8
Хлеб ржано-пшеничный	421,11	55	88	3,2	0,4	18,4
Фрукт (в ассортименте)	38	100	47	0,4	0,4	9,8

Блюдо	№ рец.	Выход, г	Калорийно сть	Белки	Жиры	Углеводы
Помидоры натуральные	14	60	14,4	0,66	0,12	2,28
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	56,13	200/10	100,62	1,72	6,27	11,83
Котлеты мясные с томатным соусом	8	60/30	106,8	8,1	4,62	8,22
Каша гречневая вязкая с соусом	302	150/5	148,55	3,79	6,54	38,96
Хлеб ржано-пшеничный	421,11	55	88	3,2	0,4	18,4
Компот из яблок	294,01	200	78,65	0,16	0,16	18,89
Фрукт (в ассортименте)	38	100	47	0,4	0,4	9,8