

Начальник ЛДП

Утверждаю
Начальник ЛДП
 _____ Кам

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые ценности (г)			энергет цен (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак						
150	рагу из овощей	200	12,1	14,5	21,1	264
283	чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
1	бутерброд с маслом	30/10	2,4	8,6	14,6	146
0	фрукты свежие (апельсин)	130	2,6	0,45	15,45	65,39
итого за завтрак		570	17,2	23,55	60,25	510,39
обед						
17	салат витаминный	60	0,9	2,76	6,48	89,6
ДО7ДА19	щи из свежей капусты с картофелем	200	1,47	4,4	6,67	73
131,79	плов из мяса птицы (филе)	200	16,9	15,78	41,44	399,78
0	сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
0	хлеб пшеничный обогащенный витаминами	30	2,43	0,3	14,64	72,6
0	хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
	вода питьевая (бутилированная вода)	200	0	0	0	0
итого за обед		930	25,9	23,84	107,83	814,98
итого за день		1500	43,1	47,39	168,08	1325,37

Шеф -повар Шар Шархмуллина И.А.