

Утверждаю:



2	Наименование продуктов	Химический состав			Калорийность, ккал	
		ВЫХОД	Б	Ж		У
завтрак	Омлет натуральный	80	6,8	9,57	1,72	120,08
	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47,2
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	3,87	2,08	13,88	89,7
	Гуляш из отварного мяса	120	20,39	19,81	4,69	278,6
	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,5	4,23	23,95	155,8
	Компот из сухофруктов	150	0,35	0	14,84	60,8
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,8
полд	Блинчики	60	2,65	4,71	17,46	122,8
	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6
Энергетическая и пищевая ценность за обед, за		43,71	40,9	110,29	984,98	

Утверждаю:



2	Наименование продуктов	Химический состав			Калорийность, ккал	
		ВЫХОД	Б	Ж		У
завтрак	Омлет натуральный	80	6,8	9,57	1,72	120,08
	Чай с сахаром	180	0,12	0	5,76	23,52
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,8
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,17	2,77	18,5	119,6
	Гуляш из отварного мяса	150	25,49	24,76	5,85	348,2
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,25	6,34	35,93	233,75
	Компот из сухофруктов	180	0,42	0	17,88	72,96
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	118
полдник	Блинчики	60	2,65	4,71	17,46	122,8
	Чай с сахаром	180	0,12	0	5,76	23,52
Витамин "С"						
Энергетическая и пищевая ценность за обед,		55,34	48,95	147,5	1253,23	