

Обед					
Салат из моркови с яблоками	100	1,08	0,18	16,95	67,33
Суп картофельный с бобовыми на овощном бульоне	250	5,49	5,27	16,33	134,75
Тефтели	100/30	14,72	16,14	18,62	278,75
гарнир: каша пшеничная	180	7,92	5,26	42,32	256,45
Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62,0
Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	0,24	36,2
Итого за обед:	880	33,12	27,53	110,05	893,98
Итого за день:	1300	44,50	34,99	151,75	1231,98
30 апреля 2021г.(пятница)					
Запеканка из макарон с творогом	200	11,02	9,88	28,1	245,83
Чай с сахаром	200	0,1	0	6,98	28,0
Хлеб пшеничный	20	3,28	0,56	0,52	78,0
Масло сливочное (порциями)	15	0,00	12,30	0,15	112,50
Итого за завтрак:	435	14,4	22,74	35,75	464,33
Обед					
Салат витаминный	100	8,22	6,8	24,73	74,80
Суп с макаронными изделиями на овощном бульоне	250	2,69	2,84	17,14	104,75
Гуляш (тех.карта № 591)	100/30	23,80	19,52	10,74	203,00
Гарнир: каша гречневая рассыпчатая	180	8,95	6,73	43,0	276,54
Напиток кофейный на молоке	200	3,17	2,68	15,9	100,6
Хлеб пшеничный	30	2,46	0,42	0,39	58,5
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	0,24	36,2
Итого за обед:	880	50,61	39,23	112,14	854,39
Итого :	1320	65,01	61,97	147,89	1318,72