

СОЩ № 7

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
150	<i>Рис отварной</i>	Калорийность (ЭЦ)-138, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-24	13-36
50	<i>Сосиски отварные</i>	Калорийность (ЭЦ)-118, Белки-5, Жиры-10	16-64
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30	1-90
200	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15	1-59
20	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность (ЭЦ)-75, Белки-5, Жиры-6	9-24
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-530, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-68	42-73
Обед			
80	<i>Рыба запеченная</i>	Калорийность (ЭЦ)-155, Белки-11, Жиры-10	25-34
150	<i>Каша пшеничная рассыпчатая</i>	Калорийность (ЭЦ)-221, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-35	8-87
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-1, Углеводы-25	8-07
250	<i>Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне</i>	Калорийность (ЭЦ)-107, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-15	5-62
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30	1-90
Итого за Обед		Калорийность (ЭЦ)-730, Белки-31, Жиры-25, Углеводы-105	49-80
Полдник			
30	<i>Кекс промышленного производства</i>	Калорийность (ЭЦ)-306, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-78	6-00
Итого за Полдник		Калорийность (ЭЦ)-306, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-78	6-00
Ужин			
250	<i>Овощное рагу с говядиной</i>	Калорийность (ЭЦ)-489, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-30	29-40
200	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность (ЭЦ)-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23	8-83
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30	1-90
Итого за Ужин		Калорийность (ЭЦ)-798, Белки-37, Жиры-35, Углеводы-82	40-13
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-2 363, Белки-86, Жиры-83, Углеводы-333	138-66

Директор _____

Фармацевт _____

