

15.10.2020

Завтраки

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
40	<i>Кондитерские изделия</i>	Калорийность (ЭЦ)-175, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-34
10	<i>Масло сливочное порциями</i>	Калорийность (ЭЦ)-66, Жиры-7
200	<i>Плов из курицы</i>	Калорийность (ЭЦ)-330, Белки-11, Жиры-19, Углеводы-30
150	<i>Фрукт</i>	Калорийность (ЭЦ)-31, Углеводы-7
40	<i>Яйца вареные</i>	Калорийность (ЭЦ)-63, Белки-5, Жиры-5
200	<i>Сок</i>	Калорийность (ЭЦ)-100, Углеводы-23
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-836, Белки-22, Жиры-41, Углеводы-108
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-836, Белки-22, Жиры-41, Углеводы-108

Директор МАУ "Дербентгорснаб"

Фарухова Ольга Чигалиевна



16.10.2020

Завтраки

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	<i>Фрукты</i>	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-1, Углеводы-15
20	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность (ЭЦ)-75, Белки-5, Жиры-6
180	<i>Вермишель со сливочным маслом</i>	Калорийность (ЭЦ)-375, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-59
40	<i>Кондитерские изделия</i>	Калорийность (ЭЦ)-183, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-31
80	<i>Курица отварная</i>	Калорийность (ЭЦ)-142, Белки-14, Жиры-7
200	<i>Какао на сгущенном молоке</i>	Калорийность (ЭЦ)-122, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-1 109, Белки-40, Жиры-28, Углеводы-161
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-1 109, Белки-40, Жиры-28, Углеводы-161

Директор МАУ "Дербентгорснаб"



Фарухова Ольга Чигалиевна

17.10.2020

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
80	<i>Котлеты куриные из фарша</i>	Калорийность (ЭЦ)-171, Белки-3, Жиры-11, Углеводы-15
40	<i>Кондитерские изделия</i>	Калорийность (ЭЦ)-183, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-31
180	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность (ЭЦ)-208, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-29
200	<i>Фрукт</i>	Калорийность (ЭЦ)-96, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21
200	<i>Какао на молоке</i>	Калорийность (ЭЦ)-122, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-851, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-136
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-851, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-136

Директор МАУ "Дербентгорснаб"

Фарухова Ольга Чигалиевна

