

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
50	<i>Бутерброд с вареной колбасой</i>	Калорийность (ЭЦ)-105, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-15
40	<i>Сырок творожный глазированный</i>	Калорийность (ЭЦ)-102, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-10
250	<i>Плов из курицы</i>	Калорийность (ЭЦ)-413, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-37
150	<i>Фрукт</i>	Калорийность (ЭЦ)-96, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21
40	<i>Яйца вареные</i>	Калорийность (ЭЦ)-63, Белки-5, Жиры-5
200	<i>Компот</i>	Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-1, Углеводы-25
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-884, Белки-32, Жиры-36, Углеводы-108
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-884, Белки-32, Жиры-36, Углеводы-108

Директор МАУ "Дербентгорснаб"



Фарухова Ольга Чигалиевна



Выход , (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Фрукт	Калорийность (ЭЦ)-96, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21
20	Сыр порциями	Калорийность (ЭЦ)-75, Белки-5, Жиры-6
150	Вермишель со сливочным маслом	Калорийность (ЭЦ)-313, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-49
30	Кекс промышленного производства	Калорийность (ЭЦ)-306, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-78
100	Филе птицы, тушенное в сливочном соусе	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-15, Жиры-9, Углеводы-3
200	Какао с молоком	Калорийность (ЭЦ)-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23
30	Хлеб пшеничный	Калорийность (ЭЦ)-71, Белки-2, Углеводы-15
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-1 168, Белки-38, Жиры-34, Углеводы-188
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-1 168, Белки-38, Жиры-34, Углеводы-188

Директор МАУ "Дербентгорснаб"




Фарукова Ольга Чигалиевна

12.12.2020

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
40	Сырок творожный глазированный	Калорийность (ЭЦ)-102, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-10
200	Каша пшеничная жидкая молочная	Калорийность (ЭЦ)-159, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-25
150	Мандарин.	Калорийность (ЭЦ)-57, Белки-1, Углеводы-11
200	Чай с сахаром	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15
50	Бутерброд с повидлом	Калорийность (ЭЦ)-127, Белки-2, Углеводы-28
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-503, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-89
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-503, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-89

Директор МАУ "Дербентгорснаб"



Фарухова Ольга Чигалиевна