

И.С.Тулешова

№рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
54-1т	Запеканка из творога	200	29.74	402	40	14	29
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	5.20	51	2	1	9
Пром	Джем из абрикосов	20	0.41	58	0	0	14
Пром	хлеб пшеничный йодированный	45	3.38	106	3	0	22
Пром	Яблоко	100	19.00	44	0	0	10
	Итого	565	58	660	45	16	84
54-31с	Суп картофельный с рыбой	250	32.39	173	14	5	19
54-2м	Гуляш из говядины	100	35.20	232	17	17	4
54-1г	Макароны отварные	150	6.17	197	5	5	33
54-34хн	Компот из яблок и лимона	200	10.52	47	0	0	11
Пром	хлеб пшеничный йодированный	50	3.75	117	4	0	25
Пром	хлеб ржаной- пшеничный	50	5.83	98	3	1	20
	Итого	800	94	863	43	27	111
54-1т	Запеканка из творога	200	29.74	402	40	14	29
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	5.20	51	2	1	9
Пром	Джем из абрикосов	20	0.41	58	0	0	14
Пром	хлеб пшеничный йодированный	95	7.13	223	7	1	47
Пром	Яблоко	100	19.00	44	0	0	10
	Итого	615	61	778	49	17	108
54-31с	Суп картофельный с рыбой	250	32.39	173	14	5	19
54-2м	Гуляш из говядины	100	35.20	232	17	17	4
54-1г	Макароны отварные	200	8.23	262	7	7	44
54-34хн	Компот из яблок и лимона	200	10.52	47	0	0	11
Пром	хлеб пшеничный йодированный	70	5.25	164	5	1	34
Пром	хлеб ржаной- пшеничный	70	8.17	137	5	1	28
	Итого	890	100	1015	48	30	139

