

29.11.2022г.

(16)

№ п/п	за завтрак 1 смена	масса	сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептур ы
		порции						
	Омлет натуральный с сыром	110	31,68	11,76	21,78	1,82	250,34	288
2	Икра кабачковая	25	3,41	0,43	2,20	1,94	29,28	
3	Хлеб пшеничный	50	2,40	3,06	9,54	18,28	171,22	1
4	Масло сливочное	10	5,26	0,00	8,20	0,10	74,20	14
5	Сыр твердый	10	4,95	1,55	1,97	0,00	23,93	15
6	Чай с сахаром	200	1,92	0,00	0,00	14,92	59,68	1009
7	Яблоко свежее	100	11,50	0,40	0,40	9,80	44,40	
8	Печенье	25	3,95	1,35	4,20	16,42	108,88	
			65,07	17,2	44,09	46,86	653,05	

July-

И.Н. Белова

Hand

А.Н. Жолтаева

