

**ЗАВТРАК (1 - 4 кл)****(сахарный диабет, стол №9)**

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
2001 № 18	Салат из свежих помидор с зеленью	100	1,00	10,16	4,60	113,92	47,54
таб№4, № 297	Каша перловая рассыпчатая	180	4,70	6,50	33,30	214,00	11,96
сбр 2001 №192	Курица отварная порционно	100	26,00	26,02	1,38	346,68	56,28
сбр 2001 №256	Компот из свежих фруктов (без сахара)	200	0,25	0,25	25,35	104,07	15,90
	Хлеб Дарницкий	37	2,44	0,44	0,44	64,38	5,02
№ 97	Сыр Голландский порционно	15	3,96	4,75	0,00	58,62	15,30
	итоگو:	632	38,35	48,12	65,07	901,67	152,00



сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
ст 70-71	Огурец свежий порционно	100	0,80	0,10	2,50	14,00	40,40
№ 139	Суп гороховый с картофелем	250	5,60	4,10	17,80	132,00	20,38
№ 297. таб №4	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,10	44,30	154,90	22,52
№ 437	Гуляш из говядины	100	21,50	21,20	3,50	291,00	90,31
№ 685	Чай (без сахара)	200	0,45	0,10	0,29	27,60	3,25
	Хлеб Дарницкий	53	3,49	0,63	0,63	92,22	7,14
	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,60	0,60	13,50	70,50	42,00
	<b>итого:</b>	<b>1033</b>	<b>42,64</b>	<b>33,83</b>	<b>82,52</b>	<b>782,22</b>	<b>226,00</b>

