

МАУ "Детское и лечебное питание" Пенза Октябрьский район
 Утверждаю
 Директор П.А.Мутяев
 (подпись) (расшифровка подписи)

Меню 25.01.2024 г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед 97,44			
100	№2 Салат витаминный 1/100 <i>капуста св., морковь св., яблоки, масло раст 1л, сахар свек., лимон</i>	Калорийность-138, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-11	9-10
200	№144 Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант) <i>картофель св., горох в с, морковь св, лук-репка, масло сл. в с, зелень (пет укроп), соль поваров.</i>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12	8-65
10	№170 Гренки из пшеничного хлеба 1/10 <i>картофель св., горох в с, морковь св, лук-репка, масло сл. в с, зелень (пет укроп), соль поваров.</i>	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7	2-29
15	№404 Птица отварная 1/15 <i>кур-грудка, зелень (пет укроп), морковь св</i>	Калорийность-36, Белки-4, Жиры-2	11-01
180	№184 Плов из отварной говядины 1/180 <i>говядина б.к, рис пропар., морковь св, лук-репка, масло раст 1л, масло сл. в с, соль поваров.</i>	Калорийность-317, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-35	54-93
200	№507 Компот из свежих плодов или ягод 1/200 <i>яблоки, сахар свек.</i>	Калорийность-81, Углеводы-20	7-44
50	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/50	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	4-02
Итого за Обед 97,44		Калорийность-778, Белки-25, Жиры-29, Углеводы-102	97-44
Завтрак 97,44			
150	№266 Каша из хлопьев овсянных Геркулес жидкая 1/150 <i>молоко 3,2%, геркулес нес, сахар свек., масло сл. в с</i>	Калорийность-171, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-22	13-73
100	№499 Запеканка из творога 1/100 <i>творог обезж (0,250гр), сахар свек., манная крупа, сметана 15%, масло сл. в с, яйцо 1с 023</i>	Калорийность-283, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-16	48-97
30	№453 Соус абрикосовый (из кураги) 1/30 <i>сахар свек., курага б.к</i>	Калорийность-40, Жиры-3, Углеводы-3	3-99
20	№100 Сыр твердый порциями 1/20	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5	14-21
200	№501 Кофейный напиток с молоком 1/200 <i>молоко 3,2%, сахар свек., коф. напиток 100гр</i>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	12-92
30	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	3-62
Итого за Завтрак 97,44		Калорийность-713, Белки-31, Жиры-35, Углеводы-72	97-44

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав. производством

Богрекова В.В.

(расшифровка подписи)

(сметка)

(расшифровка подписи)

П.А.Мутяев
(расшифровка подписи)

20 _____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

_____ (подпись)

Меню 25.01.2024г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 60,00			
250	№266 Каша из хлопьев овсянных Геркулес жидкая 1/250 <small>молоко 3,2%, геркулес вес. сахар свек., масло сл. в.с</small>	Калорийность-286, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-36	22-89
70	№499 Запеканка из творога 1/70 <small>творог обезж (0,250гр), сахар свек., манная крупа, сметана 15%, масло сл. в.с. яйцо 1с 023</small>	Калорийность-198, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-11	30-91
15	№453 Соус абрикосовый (из кураги) 1/15 <small>сахар свек., курага б.к</small>	Калорийность-20, Жиры-2, Углеводы-1	1-78
200	№493 Чай с сахаром 1/200 <small>сахар свек., чай 1кг</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-01
20	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/20	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-41
Итого за Завтрак 60,00		Калорийность-611, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-73	60-00
Обед 85,00			
100	№2 Салат витаминный 1/100 <small>капуста св., морковь св., яблоки, масло раст 1л, сахар свек., лимон</small>	Калорийность-138, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-11	9-10
250	№144 Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант) 1/250 <small>картофель св., горох в.с, морковь св, лук-репка, масло раст 1л, зелень (пет укроп), соль поваров., масло сл. в.с</small>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	7-49
10	№170 Гренки из пшеничного хлеба 1/10 <small>картофель св., горох в.с, морковь св, лук-репка, масло сл. в.с, зелень (пет укроп), соль поваров.</small>	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7	2-29
180	№184 Плов из отварной говядины 1/180 <small>говядина б.к, рис пропар., морковь св, лук-репка, масло раст 1л, масло сл. в.с, соль поваров.</small>	Калорийность-317, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-35	53-86
200	№507 Компот из свежих плодов или ягод 1/200 <small>яблоки, сахар свек</small>	Калорийность-81, Углеводы-20	7-44
30	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/30	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	2-41
20	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/20	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-41
Итого за Обед 85,00		Калорийность-776, Белки-22, Жиры-27, Углеводы-108	85-00

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав.
производством

Богарева В.В.