



Утверждаю: П.А.Мутяев
Директор (расшифровка подписи)

20. **Меню 07.10.2024г**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед 97,44			
100	№100 Винегрет овощной 1/100 картофель св., свекла св, огурцы сол 3л, лук-репка, морковь св, масло раст 1л	Калорийность-130, Белки-1, Жиры-11, Углеводы-7	
200	№157 Суп с макаронными изделиями 200 вермишель в/с, морковь св, лук-репка, соль йодиров., масло раст 1л, зелень (пет/укроп), том. паста 1л	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	
10	№404 Птица отварная 1/10 кур.грудка, морковь св, зелень (пет/укроп)	Калорийность-28, Белки-3, Жиры-2	
180	№370 Плов из отварной говядины 1/180 говядина б/к, рис пропар., морковь св, масло сл. в/с, лук-репка, соль йодиров.	Калорийность-317, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-35	
200	№512 Компот из плодов или ягод суш. (КУРАГА) 1/200 курага б/к, сахар свек.	Калорийность-81, Углеводы-20	
25	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
25	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/25	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Обед 97,44		Калорийность-756, Белки-24, Жиры-30, Углеводы-95	97-44
Завтрак 97,44			
150	№260 Каша Дружба 1/150 молоко 3,2% н23, рис кругл., пшено в/с, масло сл. в/с, сахар свек.	Калорийность-170, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-19	
40	№90 Бутерброд с сыром 1/40 батон колос 0,400 гр, сыр голланд., масло сл. в/с	Калорийность-136, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-9	
200	№501 Кофейный напиток с молоком 1/200 молоко 3,2%, сахар свек., коф.напиток 100гр	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	
150	№112 Яблоко 1/150 яблоки	Калорийность-47, Углеводы-10	
20	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/20	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	
Итого за Завтрак 97,44		Калорийность-479, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-64	97-44

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав. производством

Богрекова В.В.

Handwritten signature

Утверждаю
Директор

П.А.Мутяев
(подпись)
(расшифровка подписи)

" " 20 " г

Меню 07.10.2024г

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 60,00			
200	№260 Каша Дружба 1/200 молоко 3,2%, рис круг., масло сл. в/с, сахар свек.	Калорийность-226, Белки-5, Жиры-12, Углеводы-25	
30	№90 Бутерброд с сыром 1/30 батон колос 0,400 гр, сыр голланд., масло сл. в/с	Калорийность-102, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-7	
150	№112 Яблоко 1/150 яблоки	Калорийность-47, Углеводы-10	
200	№493 Чай с сахаром 1/200 сахар свек., чай 1кг	Калорийность-60, Углеводы-15	
Итого за Завтрак 60,00		Калорийность-435, Белки-9, Жиры-18, Углеводы-57	60-00
Обед 85,00			
100	№20 / винегрет овощной 1/100 картофель св., свекла св, огурцы сол 3л, лук- репка, морковь св, масло раст 1л	Калорийность-130, Белки-1, Жиры-11, Углеводы-7	
250	№157 Суп с макаронными изделиями 1/250 вермишель в/с, морковь св, лук- репка, соль поваров., масло раст 1л, зелень (пет/укроп), том. паста 1л	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16	
200	№370 Плов из отварной говядины 1/200 говядина б/к, рис пропар., морковь св, масло сл. в/с, лук- репка, соль поваров.	Калорийность-352, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-39	
200	№512 Компот из плодов или ягод суш. (КУРАГА) 1/200 курага б/к, сахар свек.	Калорийность-81, Углеводы-20	
35	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/35	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	
35	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/35	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Обед 85,00		Калорийность-827, Белки-23, Жиры-31, Углеводы-111	85-00

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав.
производством

Богрекова В.В.

Мутяев