

Утверждаю
ДиректорП.А.Мутяев
(расшифровка подписи)

" " 20 г

Меню 12.10.2023 г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак 88,88</u>			
150	№323 Каша вязкая молочная пшеничная 1/150 <small>молоко 3,2%, пшено в/с, масло сл. в/с, сахар свек., соль водиров.</small>	Калорийность-213, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27	18-93
40	№95 Бутерброд с джемом или повидлом (1-й вариант) <small>повидло, батон колос 0,400 гр, масло сл. в/с</small>	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-22	9-54
200	Кисл.мол.продукция 1/200	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	47-12
180	№501 Кофейный напиток с молоком 1/180 <small>молоко 3,2%, сахар свек., коф.напиток 100гр</small>	Калорийность-71, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14	11-39
25	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	1-90
Итого за Завтрак 88,88		Калорийность-545, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-79	88-88
<u>Обед 88,88</u>			
60	№17 Салат из свежих огурцов 1/60 <small>огурцы св, масло раст 1л</small>	Калорийность-61, Жиры-6, Углеводы-1	7-94
200	№153 Уха срыбными консервами 1/200 <small>картофель св., консервные 1/250, морковь св, лук-репка, рис кругл., масло сл. в/с, зелень (пет/укроп), соль водиров.</small>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13	25-10
60	№205 Котлеты рубленые из птицы/60 <small>кур.грудка, молоко 3,2%, хлеб пшенич.0,450 гр, масло сл. в/с</small>	Калорийность-179, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-11	39-23
30	№455 Соус красный основной 1/30 <small>морковь св, мука в/с, масло сл. в/с, том. паста 1л, лук-репка, сахар свек.</small>	Калорийность-13, Жиры-1, Углеводы-2	1-44
150	№291 Макароны изделия отварные 1/150 <small>рожки в/с, масло сл. в/с</small>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29	9-36
180	№493 Чай с сахаром 1/180 <small>сахар свек., чай 1кг</small>	Калорийность-54, Углеводы-14	1-81
30	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/30	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	2-28
15	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/15	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-72
Итого за Обед 88,88		Калорийность-672, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-87	88-88

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав.
производством

Богрекова В.В.

Утверждаю
Директор

П.А.Мутяев

(подпись)

(расшифровка подписи)

"___" 20__ г

Меню 12.10.2023г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 60,00			
200	№323 Каша вязкая молочная пшеничная 1/200 <small>молоко 3,2%, пшено в/с, масло сл. в/с, сахар свек., соль поваров.</small>	Калорийность-284, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-36	20-65
40	№95 Бутерброд с джемом или повидлом (1-й вариант) <small>повидло, батон колос 0,400 гр, масло сл. в/с</small>	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-22	9-54
130	№112 Яблоко 1шт <small>яблоки, яблоки(ф)</small>	Калорийность-55, Углеводы-11	15-25
200	№501 Кофейный напиток с молоком 1/200 <small>молоко 3,2%, сахар свек., коф. напиток 100гр</small>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	12-66
25	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	1-90
Итого за Завтрак 60,00		Калорийность-579, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-93	60-00
Обед 85,00			
60	№17 Салат из свежих огурцов 1/60 <small>огурцы св, масло раст 1л</small>	Калорийность-61, Жиры-6, Углеводы-1	7-94
250	№150 Суп картофельный с рыбой 1/250 <small>картофель св., миттай св/м, морковь св, лук- репка, масло сл. в/с, соль поваров., зелень (пет/укроп)</small>	Калорийность-144, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-15	22-26
60	№205 Котлеты рубленые из птицы/60 <small>кур.грудка, молоко 3,2%, хлеб пшенич. 0,450 гр, масло сл. в/с</small>	Калорийность-179, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-11	36-26
40	№455 Соус красный основной 1/40 <small>морковь св, мука в/с, том. паста 1л, масло сл. в/с, лук- репка, сахар свек.</small>	Калорийность-17, Жиры-1, Углеводы-2	1-60
180	№291 Макароны изделия отварные 1/180 <small>рожки в/с, масло сл. в/с</small>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35	11-23
200	№493 Чай с сахаром 1/200 <small>сахар свек., чай 1кг</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	1-91
50	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/50	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	3-80
Итого за Обед 85,00		Калорийность-722, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-96	85-00

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав.
производством

Богрекова В.В.