

Утверждаю
ДиректорП. А. Мутяев
(расшифровка подписи)

20 г.

Меню 13.03.2024 г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 60,00			
250	№268 Каша рисовая молочная жидкая 1/250 <small>молоко 3,2%, рис кругл., сахар свек., масло сл. в с</small>	Калорийность-287, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-41	26-68
35	№112 Яблоко 1/150 <small>яблоко, яблоки(ф)</small>	Калорийность-128, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-26	7-98
150	№112 Яблоко 1/150 <small>яблоко, яблоки(ф)</small>	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13	19-58
200	№494 Чай с сахаром с лимоном 1/200 <small>сахар свек., лимон, чай 1кг</small>	Калорийность-61, Углеводы-15	3-75
25	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	2-01
Итого за Завтрак 60,00		Калорийность-584, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-103	60-00
Обед 85,00			
100	№50 Салат из свеклы отварной 1/100 <small>свекла св., масло раст 1л</small>	Калорийность-132, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-9	5-18
250	№142 Щи из свежей капусты с картофелем 1/250 <small>капуста св., картофель св., морковь св., лук, репка, масло раст 1л, том. паста 1л, соль йодиров., зелень (пет укроп)</small>	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	6-70
8	№479 Сметана 1/8	Калорийность-13, Жиры-1	3-26
190	№197 Жаркое по-домашнему из филе индейки 60/130 <small>картофель св., филе индейки(грудка), лук, репка, соль йодиров., масло сл. в с, том. паста 1л, масло раст 1л</small>	Калорийность-340, Белки-45, Жиры-19, Углеводы-36	60-36
200	№503 Кисель из концентрата плодового или <small>кисель 1кг, сахар свек.</small>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27	6-69
35	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/35	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	2-81
Итого за Обед 85,00		Калорийность-739, Белки-51, Жиры-35, Углеводы-92	85-00

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав. производством

Богрекова В.В.



Утверждаю
Директор

П. А. Мутяев

(подпись)

(расшифровка подписи)

20 г.

Меню 13.03.2024 г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед 97,44			
80	№74 Салат картофельный с морковью т зеленым горошком 1/80 <i>картофель св., морковь св., горошек зел 0,420, яйцо Гс 023, масло раст 1л, зелень (нет укроп)</i>	Калорийность-92, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8	10-24
200	№142 Щи из свежей капусты с картофелем 1/200 <i>капуста св., картофель св., морковь св., лук- репка, масло раст 1л, том паста 1л, соль поваров., зелень (нет укроп)</i>	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	5-21
10	№479 Сметана 1/10	Калорийность-16, Жиры-2	4-07
20	№404 Птица отварная 1/20 <i>кур-грудка, зелень (нет укроп), морковь св</i>	Калорийность-49, Белки-5, Жиры-3	14-70
175	№197 Жаркое по-домашнему из филе индейки 50/125 <i>картофель св., филе индейки(грудка), лук- репка, соль поваров., масло сл. в с. том паста 1л</i>	Калорийность-313, Белки-41, Жиры-18, Углеводы-34	52-71
200	№503 Кисель из концентрата плодового или <i>кисель 1кг, сахар свек</i>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27	6-69
25	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	2-01
15	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/15	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-81
Итого за Обед 97,44		Калорийность-725, Белки-53, Жиры-33, Углеводы-90	97-44
Завтрак 97,44			
150	№268 Каша рисовая молочная жидкая 1/150 <i>молоко 3,2%, рис кругл., сахар свек., масло сл. в с</i>	Калорийность-172, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	дек. 98
40	№300 Яйцо вареное 1/40	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	23-20
200	№494 Чай с сахаром с лимоном 1/200 <i>сахар свек., лимон, чай 1кг</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	3-75
35	Пряник 1/35	Калорийность-128, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-26	7-98
200	Кисл.мол.продукция 1/200	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	47-12
20	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/20	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-41
Итого за Завтрак 97,44		Калорийность-571, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-83	97-44

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав
производством

Богрекова В.В.

