

Утверждаю
ДиректорП. А. Мутяев
(расшифровка подписи)

" 20 г

Меню 14.03.2024 г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед 97,44			
60	№17 Салат из свежих огурцов 1/60 <small>огурцы св в23, масло раст 1л</small>	Калорийность-61, Жиры-6, Углеводы-1	20-78
200	№153 Уха срыбными консервами 1/200 <small>картофель св., консервы рыбные 1 250, морковь св, лук, репка, рис кругл., масло сл. в с, масло раст 1л, соль йодиров</small>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13	22-46
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	37-29
30	№455 Соус красный основной 1/30 <small>морковь св, лук в с, масло сл. в с, том. паста 1л, лук, репка, сахар свек</small>	Калорийность-13, Жиры-1, Углеводы-2	1-63
150	№237 Каша гречневая рассыпчатая 1/150 <small>гречка в с, масло сл. в с, масло раст 1л</small>	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-37	9-15
180	№493 Чай с сахаром 1/180 <small>сахар свек., чай 1кг</small>	Калорийность-54, Углеводы-14	1-91
30	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/30	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	2-41
15	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/15	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-81
Итого за Обед 97,44		Калорийность-780, Белки-28, Жиры-32, Углеводы-95	97-44
Завтрак 97,44			
150	№323 Каша вязкая молочная пшеничная 1/150 <small>молоко 3,2%, пшено в с, масло сл. в с, сахар свек., соль йодиров</small>	Калорийность-213, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27	15-52
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	4-91
140	№112 Яблоко 1/140 <small>яблоки(с), апельсин</small>	Калорийность-44, Углеводы-9	18-27
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., кофе напиток 100гр</small>	Калорийность-71, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-14	11-62
Итого за Завтрак 97,44		Калорийность-545, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-80	97-44

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав.
производством

Богрекова В.В.



Утверждаю
Директор

П. А. Мутяев
(расшифровка подписи)

" " 20 г

Меню 14.03.2024 г

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	20-62
30	№95 Бутерброд с джемом или повидлом (джем) 1/30 <small>джем, батон колос 0,400 гр. масло сл. в.с.</small>	Калорийность-88, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-16	7-88
130	№112 Яблоко 1/130 <small>яблоко, яблоки(ф)</small>	Калорийность-55, Углеводы-11	16-97
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	12-92
20	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/20	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-61
Итого за Завтрак 60,00		Калорийность-541, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-86	60-00
Обед 85,00			
100	№201 винегрет овощной 1/100 <small>картофель св., свекла св., огурцы сол 3л, лук-репка, морковь св. масло раст 1л</small>	Калорийность-130, Белки-1, Жиры-11, Углеводы-7	6-13
250	№150 Суп картофельный с рыбой 1/250 <small>картофель св., мидий св.м. морковь св. лук-репка, масло раст 1л, масло сл. в.с. соль поваров.</small>	Калорийность-144, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-15	24-67
60	№205 Котлеты рубленные 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	35-39
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	1-84
180	№237 Каша гречневая рассыпчатая 1/180 <small>гречка в.с. масло сл. в.с. масло раст 1л</small>	Калорийность-304, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-44	10-94
200	№493 Чай с сахаром 1/200 <small>сахар свек., чай 1кг</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-01
50	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/50	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	4-02
Итого за Обед 85,00		Калорийность-921, Белки-33, Жиры-38, Углеводы-111	85-00

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав. производством

Богрекова В.В.