

Утверждаю
Директор

П.А.Мутяев
(расшифровка подписи)



Меню 16.10.2024 г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед 97,44			
60	№7 Салат из моркови 1/60 морковь св., масло раст 1л, сахар свек.	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5	
200	№115 Суп из овощей 1/200 картофель св., капуста св., морковь св, лук- репка, соль водиров., горошек зел 0,420, масло сл. в/с, сметана 15%, зелень (петрушка)	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-9	
10	№404 Птица отварная 1/10 кур.грудка, морковь св, зелень (петрушка)	Калорийность-28, Белки-3, Жиры-2	
90	№196 Гуляш из мяса индейки 45/45 филе индейки(грудка), лук- репка, масло сл. в/с, мука в/с, том. паста 1л, соль водиров.	Калорийность-224, Белки-37, Жиры-16, Углеводы-18	
150	№237 Каша гречневая рассыпчатая 1/150 гречка в/с, масло сл. в/с, масло раст 1л	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-37	
180	№508 Компот из смеси сухофруктов 1/180 сухофрукты в/с, сахар свек.	Калорийность-99, Углеводы-24	
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-869, Белки-56, Жиры-36, Углеводы-113	97-44
Завтрак 97,44			
150	№205 Макароны с сыром 1/150 рожки в/с, сыр голланд., масло сл. в/с, соль водиров.	Калорийность-249, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-31	
200	Кисл.мол.продукция 1/200	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	
35	Пряник 1/35	Калорийность-128, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-26	
200	№496 Какао с молоком 1/200 молоко 3,2%, сахар свек., какао зольярык 100 гр	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	
25	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
Итого за Завтрак 97,44		Калорийность-665, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-98	97-44

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав.
производством

Богрекова В.В.



(подпись)

П.А.Мутяев

(расшифровка подписи)

16.10.2024г

Меню 16.10.2024г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 60,00			
200	№205 Макароны с сыром 1/200 рожки в/с, сыр голланд., масло сл. в/с, масло раст 1л, соль поваров.	Калорийность-332, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-42	
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	
30	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/30	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	
Итого за Завтрак 60,00		Калорийность-491, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-77	60-00
Обед 85,00			
100	№7 Салат из моркови 1/100 морковь св, масло раст 1л, сахар свек.	Калорийность-132, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-9	
250	№115 Суп из овощей 1/250 картофель св., капуста св., морковь св, лук- репка, горошек зел 0,420, соль поваров., сметана 15%, масло раст 1л, масло сл. в/с, зелень (пет/укроп)	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	
100	№196 Гуляш из мяса индейки 50/50 филе индейки(грудка), лук- репка, масло раст 1л, том. паста 1л, мука в/с, соль поваров.	Калорийность-249, Белки-41, Жиры-18, Углеводы-20	
180	№237 Каша гречневая рассыпчатая 1/180 гречка в/с, масло сл. в/с, масло раст 1л	Калорийность-304, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-44	
200	№508 Компот из смеси сухофруктов 1/200 сухофрукты в/с, сахар свек.	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27	
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-1 042, Белки-60, Жиры-42, Углеводы-140	85-00

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав.
производством

Богрекова В.В.