

Утверждаю  
ДиректорП.А.Мутяев  
(расшифровка подписи)" " г. **Меню 18.10.2023 г**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак 88,88</b>			
150	<b>№265 Макаронные сыром/150</b> <i>рожки в/с, сыр голланд., масло сл. в/с, соль йодиров.</i>	Калорийность-249, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-31	<b>19-01</b>
40	<b>№95 Бутерброд с джемом или повидлом (1-й вариант)</b> <i>повидло, батон колос 0,400 гр, масло сл. в/с</i>	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-22	<b>9-54</b>
200	<b>Кисл.мол.продукция 1/200</b>	Калорийность-100, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8	<b>47-12</b>
35	<b>Пряник 1/35</b>	Калорийность-128, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-26	<b>7-98</b>
180	<b>№494 Чай с сахаром с лимоном 1/180</b> <i>сахар свек., лимон, чай 1кг</i>	Калорийность-55, Углеводы-14	<b>2-93</b>
20	<b>№108 Батон Колос 0,400 гр 1/20</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	<b>2-30</b>
<b>Итого за Завтрак 88,88</b>		Калорийность-696, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-111	<b>88-88</b>
<b>Обед 88,88</b>			
60	<b>№7 Салат из моркови 1/60</b> <i>морковь св., масло раст 1л, сахар свек.</i>	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5	<b>5-29</b>
200	<b>№115 Суп из овощей 1/200</b> <i>картофель св., капуста св., морковь св, лук-репка, соль йодиров., горошек зел 0,420, масло сл. в/с, сметана 15%, зелень (пет/укроп)</i>	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-9	<b>9-74</b>
20	<b>№404 Птица отварная 1/20</b> <i>кур-грудка, зелень (пет/укроп), морковь св</i>	Калорийность-49, Белки-5, Жиры-3	<b>15-24</b>
90	<b>№196 Гуляш из мяса индейки 45/45</b> <i>филе индейки(грудка), лук-репка, масло сл. в/с, мука в/с, том. паста 1л, соль йодиров.</i>	Калорийность-224, Белки-37, Жиры-16, Углеводы-18	<b>45-99</b>
150	<b>№237 Каша гречневая рассыпчатая 1/150</b> <i>гречка в/с, масло сл. в/с, масло раст 1л</i>	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-37	<b>8-53</b>
180	<b>№493 Чай с сахаром 1/180</b> <i>сахар свек., чай 1кг</i>	Калорийность-54, Углеводы-14	<b>1-81</b>
30	<b>№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/30</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	<b>2-28</b>
<b>Итого за Обед 88,88</b>		Калорийность-794, Белки-56, Жиры-37, Углеводы-93	<b>88-88</b>

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав.  
производством

Богрекова В.В.

Утверждаю  
ДиректорП.А.Мутяев  
(расшифровка подписи)

" " 20 г

**Меню 18.10.2023г**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	<b>Завтрак 60,00</b>		
250	<b>№265 Макароны с сыром 1/250</b> <i>рожки в/с, сыр голланд., масло сл. в/с, масло раст 1л, соль поваров.</i>	Калорийность-415, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-52	<b>26-84</b>
40	<b>№95 Бутерброд с джемом или повидлом (1-й вариант)</b> <i>повидло, батон колос 0,400 гр, масло сл. в/с</i>	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-22	<b>9-54</b>
150	<b>№112 Яблоко 1шт</b> <i>яблоки, яблоки(ф)</i>	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13	<b>19-43</b>
200	<b>№493 Чай с сахаром 1/200</b> <i>сахар свек., чай 1кг</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>1-91</b>
30	<b>№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/30</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	<b>2-28</b>
	<b>Итого за Завтрак 60,00</b>	Калорийность-708, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-112	<b>60-00</b>
	<b>Обед 85,00</b>		
100	<b>№7 Салат из моркови 1/100</b> <i>морковь св, масло раст 1л, сахар свек.</i>	Калорийность-132, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-9	<b>8-89</b>
250	<b>№115 Суп из овощей 1/250</b> <i>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)</i>	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	<b>10-03</b>
100	<b>№196 Гуляш из мяса индейки 50/50</b> <i>филе индейки(срудка), лук-репка, том. паста 1л, масло раст 1л, мука в/с, масло сл. в/с, соль поваров.</i>	Калорийность-249, Белки-41, Жиры-18, Углеводы-20	<b>49-59</b>
180	<b>№237 Каша гречневая рассыпчатая 1/180</b> <i>гречка в/с, масло сл. в/с, масло раст 1л</i>	Калорийность-304, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-44	<b>10-20</b>
200	<b>№493 Чай с сахаром 1/200</b> <i>сахар свек., чай 1кг</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	<b>1-91</b>
35	<b>№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/35</b>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	<b>2-66</b>
15	<b>№108 Батон Колос 0,400 гр 1/15</b>	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	<b>1-72</b>
	<b>Итого за Обед 85,00</b>	Калорийность-945, Белки-57, Жиры-42, Углеводы-118	<b>85-00</b>

Бухгалтер

Ковалева Г.А.Зав.  
производствомБогрекова В.В.