

Утверждаю
Директор

П.А.Мутяев

(расшифровка подписи)



Меню 19.03.2024 г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед 97,44			
100	№21 Салат "Здоровье" 1/100 <i>морковь св. свекла св. масло раст 1л, горошек зел 0,420, соль водиров.</i>	Калорийность-197, Белки-1, Жиры-18, Углеводы-7	9-93
200	№128 Борщ с капустой и картофелем 1/200 <i>свекла св. капуста св., картофель св., морковь св. лук-репка, масло раст 1л, том. паста 1л, сахар свек.</i>	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9	5-51
15	№404 Птица отварная 1/15 <i>кур.грудка, зелень (пет укроп), морковь св</i>	Калорийность-36, Белки-4, Жиры-2	11-01
80	№281 Биточки паровые 1/80 <i>говядина б.к., молоко 3,2%, хлеб пшенич 0,450 гр, масло раст 1л, масло сл. в.с</i>	Калорийность-229, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-10	50-60
20	№455 Соус красный основной 1/20 <i>масло сл. в.с., морковь св, мука в.с, том. паста 1л, лук-репка, сахар свек</i>	Калорийность-9, Углеводы-1	1-43
150	№448 Рис отварной 1/150 <i>рис пропар., соль водиров., масло раст 1л, масло сл. в.с</i>	Калорийность-205, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-34	9-12
180	№508 Компот из смеси сухофруктов 1/180 <i>сухофрукты в.с, сахар свек.</i>	Калорийность-99, Углеводы-24	5-77
50	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/50	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	4-07
Итого за Обед 97,44		Калорийность-938, Белки-25, Жиры-41, Углеводы-102	97-44
Завтрак 97,44			
150	№ 266 Каша из хлопьев овсянных Геркулес жидкая 1/150 <i>молоко 3,2%, геркулес вес, сахар свек., масло сл. в.с</i>	Калорийность-171, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-22	14-00
120	№499 Запеканка из творога 1/120 <i>творог обезж (0,250гр), сахар свек., манная крупа, сметана 15%, масло сл. в.с. яйцо 1с 023</i>	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-19	57-44
30	№453 Соус абрикосовый (из кураги) 1/30 <i>сахар свек., курага б.к.</i>	Калорийность-40, Жиры-3, Углеводы-3	4-02
35	№495 Бутеророо с маслом 1/35 <i>батон колос 0,400 гр, масло сл. в.с</i>	Калорийность-172, Белки-1, Жиры-15, Углеводы-9	19-95
200	№493 Чай с сахаром 1/200 <i>сахар свек., чай 1кг</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-03
Итого за Завтрак 97,44		Калорийность-783, Белки-25, Жиры-45, Углеводы-68	97-44

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав. производством

Богрскова В.В.

Утверждаю
Директор

П.А.Мутяев
(расшифровка подписи)



Меню 19.03.2024 г

Выход (г)	наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 60,00			
200	№266 Каша из Хлопьев овсяных в воде дес жидкая 1/200 <small>молоко 3.2%, геркулес вес, сахар свек., масло сл. в с</small>	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-29	14-13
70	№499 Запеканка из творога 1/70 <small>творог обезж (0,250гр), сахар свек., манная крупа, сметана 15%, масло сл. в с, яйца 1с 023</small>	Калорийность-198, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-11	26-57
15	№453 Соус абрикосовый (из кураги) 1/15 <small>сахар свек., курага б.ж</small>	Калорийность-20, Жиры-2, Углеводы-1	1-78
30	№255 Бутеророо с маслом 1/30 <small>масло сл. в с, батон колос 0,400гр</small>	Калорийность-148, Белки-1, Жиры-13, Углеводы-8	12-70
200	№493 Чай с сахаром 1/200 <small>сахар свек., чай 1кг</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-01
35	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/35	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	2-81
Итого за Завтрак 60,00		Калорийность-715, Белки-21, Жиры-36, Углеводы-76	60-00
Обед 85,00			
100	№21 Салат "Здоровье" 1/100 <small>марковь св, свекла св, масло раст 1л, горошек зел 0,420, соль поваров.</small>	Калорийность-197, Белки-1, Жиры-18, Углеводы-7	9-87
250	№128 Борщ с капустой и картофелем 1/250 <small>свекла св, капуста св., картофель св., марковь св, лук- репка, масло раст 1л, сахар свек., том. паста 1л</small>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	6-84
60	№281 Биточки паровые 1/60 <small>говядина б.ж, молоко 3.2%, хлеб пшенич 0,450 гр, масло сл. в с</small>	Калорийность-172, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-7	38-64
40	№455 Соус красный основной 1/40 <small>марковь 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	№448 Рис отварной 1/180 <small>рис протар., соль поваров., масло сл. в с</small>	Калорийность-246, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-41	16-97
200	№508 Компот из смеси сухофруктов 1/200 <small>сухофрукты в с, сахар свек.</small>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27	6-22
35	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/35	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	2-81
15	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/15	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-81
Итого за Обед 85,00		Калорийность-933, Белки-20, Жиры-38, Углеводы-114	85-00

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав. производством

Богрекова В.В.