

Утверждаю
Директор

П.А.Мутяев
(расшифровка подписи)



Меню 20.10.2023 г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 88,88			
150	№301 Омлет натуральный 1/150 <i>яйцо 1с, молоко 3,2%, масло сл. в/с</i>	Калорийность-245, Белки-13, Жиры-20, Углеводы-3	39-37
30	№93 Бутерброд с маслом <i>масло сл. в/с, батон колос 0,400 гр</i>	Калорийность-148, Белки-1, Жиры-13, Углеводы-8	15-80
150	№112 Яблоко 1/150 <i>яблоки, яблоки(ф)</i>	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13	18-31
200	№496 Какао с молоком 1/200 <i>молоко 3,2%, сахар свек., какао зол.ярык 100 гр</i>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	13-10
20	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/20	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-30
Итого за Завтрак 88,88		Калорийность-648, Белки-21, Жиры-37, Углеводы-59	88-88
Обед 88,88			
60	№73 Салат картофельный с кукурузой и морковью 1/60 <i>картофель св., кукуруза конс. 0,400 гр, морковь св, огурцы св, масло раст 1л</i>	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	9-46
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 йодиров., зелень (пет/укрп)</i>	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	4-60
8	№479 Сметана 1/8	Калорийность-13, Жиры-1	3-04
70	№205 Котлеты рубленые из птицы/70 <i>кур.грудки, хлеб пшенич. 0,450 гр, молоко 3,2%, масло сл. в/с</i>	Калорийность-209, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-13	47-61
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	1-27
150	№429 Картофельное пюре 1/150 <i>картофель св., молоко 3,2%, масло сл. в/с</i>	Калорийность-138, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-16	13-41
180	№508 Компот из смеси сухофруктов 1/180 <i>сухофрукты в/с, сахар свек.</i>	Калорийность-99, Углеводы-24	5-69
50	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/50	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	3-80
Итого за Обед 88,88		Калорийность-718, Белки-20, Жиры-30, Углеводы-90	88-88

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав. производством

Богрекова В.В.

Утверждаю
ДиректорП.А.Мутяев
(расшифровка подписи)

" " 20__ г

**Меню 20.10.2023 г**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 60,00			
130	№301 Омлет натуральный 1/130 <small>яйцо 1с, молоко 3,2%, масло сл. в/с</small>	Калорийность-212, Белки-11, Жиры-17, Углеводы-3	33-58
40	№93 Бутерброд с маслом <small>масло сл. в/с, батон колос 0,400 гр</small>	Калорийность-197, Белки-2, Жиры-17, Углеводы-10	21-06
200	№493 Чай с сахаром 1/200 <small>сахар свек., чай 1кг</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	1-91
30	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	3-45
Итого за Завтрак 60,00		Калорийность-540, Белки-15, Жиры-34, Углеводы-43	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	4-31
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 поваров., зелень (пет/укроп)</small>	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	5-92
10	№479 Сметана 1/10	Калорийность-16, Жиры-2	3-80
70	№205 Котлеты рубленые из птицы/70 <small>кур. грудка, хлеб пшенич. 0,450 гр, молоко 3,2%, масло сл. в/с, масло раст 1л</small>	Калорийность-209, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-13	47-96
30	№455 Соус красный основной 1/30 <small>морковь св, мука в/с, масло сл. в/с, том. паста 1л, лук-репка, сахар свек.</small>	Калорийность-13, Жиры-1, Углеводы-2	1-44
180	№429 Картофельное пюре 1/180 <small>картофель св., молоко 3,2%, масло раст 1л, масло сл. в/с</small>	Калорийность-166, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-20	11-61
200	№508 Компот из смеси сухофруктов 1/200 <small>сухофрукты в/с, сахар свек.</small>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27	6-16
50	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/50	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	3-80
Итого за Обед 85,00		Калорийность-816, Белки-22, Жиры-40, Углеводы-96	85-00

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав.
производством

Богрекова В.В.