

Утверждаю
Директор

П.А.Мутяев
(расшифровка подписи)

" " 20 г



Меню 23.10.2023г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 88,88			
150	№260 Каша Дружба 1/150 <i>молоко 3,2%, рис кругл., пшено в/с, масло сл. в/с, сахар свек.</i>	Калорийность-170, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-19	16-00
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
170	№112 Груша 1/170	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-18	52-37
200	№494 Чай с сахаром с лимоном 1/200 <i>сахар свек., лимон, чай 1кг</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	3-19
20	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/20	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-52
Итого за Завтрак 88,88		Калорийность-494, Белки-7, Жиры-23, Углеводы-67	88-88
Обед 88,88			
60	№106 Овощи натуральные 1/60(огурец) <i>помидоры св., огурцы св., лук-репка, масло раст 1л</i>	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	6-40
200	№144 Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант) <i>картофель св., горох в/с, морковь св, лук- репка, масло сл. в/с, зелень (пет/укроп), соль поваров.</i>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12	7-91
100	№196 Гуляши из мяса индейки 50/50 <i>филе индейки(срудка), лук-репка, масло сл. в/с, том. паста 1л, мука в/с, соль поваров.</i>	Калорийность-249, Белки-41, Жиры-18, Углеводы-20	54-87
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
200	№493 Чай с сахаром 1/200 <i>сахар свек., чай 1кг</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	1-91
35	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/35	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	2-66
15	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/15	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-72
Итого за Обед 88,88		Калорийность-643, Белки-50, Жиры-28, Углеводы-84	88-88

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав. производством

Богрекова В.В.

Утверждаю
Директор



(расшифровка подписи)

еню 23.10.2023 Меню (Меню осень - зима 2023г 2

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 60,00			
250	№260 Каша Дружба 1/250 <i>молоко 3,2%, рис кругл., пшено в/с, масло сл. в/с, сахар свек.</i>	Калорийность-283, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-31	25-87
40	№93 Бутерброд с маслом <i>масло сл. в/с, батон колос 0,400 гр</i>	Калорийность-197, Белки-2, Жиры-17, Углеводы-10	21-06
35	Пряник 1/35	Калорийность-128, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-26	7-98
200	№494 Чай с сахаром с лимоном 1/200 <i>сахар свек., лимон, чай 1кг</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	3-19
25	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	1-90
Итого за Завтрак 60,00		Калорийность-713, Белки-13, Жиры-34, Углеводы-90	60-00
Обед 85,00			
100	№106 Овощи натуральные 1/100(огурец) <i>помидоры св, огурцы св, лук-репка, масло раст 1л</i>	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4	10-66
250	№144 Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант) 1/250 <i>картофель св., горох в/с, морковь св, лук-репка, масло раст 1л, зелень (петрушка), соль поваров., масло сл. в/с</i>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	6-82
100	№196 Гуляш из мяса индейки 50/50 <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	49-62
180	№429 Картофельное пюре 1/180 <i>картофель св., молоко 3,2%, масло раст 1л, масло сл. в/с</i>	Калорийность-166, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-20	11-61
200	№493 Чай с сахаром 1/200 <i>сахар свек., чай 1кг</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	1-91
35	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/35	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	2-66
15	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/15	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-72
Итого за Обед 85,00		Калорийность-703, Белки-51, Жиры-30, Углеводы-93	85-00

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав.
производством

Богрекова В.В.