

Утверждено
ДиректорА.Е.Вершинин
(расшифровка подписи)

" 20 г

Меню 03.12.2024 г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед 97,44			
60	№33 Салат Прелесть 1/60	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-9	
200	№157 Суп с макаронными изделиями 200	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	
10	№404 Птица отварная 1/10	Калорийность-28, Белки-3, Жиры-2	
180	№370 Плов из отварной говядины 1/180	Калорийность-317, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-35	
200	№507 Компот из свежих плодов или ягод 1/200	Калорийность-81, Углеводы-20	
50	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/50	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	
Итого за Обед 97,44		Калорийность-650, Белки-23, Жиры-20, Углеводы-94	97-44
Завтрак 97,44			
150	№ 266 Каша из хлопьев овсянных Геркулес жидкая 1/150	Калорийность-171, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-22	
100	№499 Запеканка из творога 1/100	Калорийность-283, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-16	
30	№453 Соус абрикосовый (из кураги) 1/30	Калорийность-40, Жиры-3, Углеводы-3	
20	№100 Сыр твердый порциями 1/20	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5	
200	№493 Чай с сахаром 1/200	Калорийность-60, Углеводы-15	
30	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	
Итого за Завтрак 97,44		Калорийность-694, Белки-28, Жиры-32, Углеводы-71	97-44
Итого за день		Калорийность-1 344, Белки-51, Жиры-52, Углеводы-165	

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав.
производством

Богрекова В.В.



Утверждаю
Директор

А.Е.Вершинин
(расшифровка подписи)

(подпись)

" " 20__ г

Меню 03.12.2024 г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак 60,00			
250	№266 Каша из хлопьев овсянных Геркулес жидкая 1/250	Калорийность-286, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-36	
70	№499 Запеканка из творога 1/70	Калорийность-198, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-11	
15	№453 Соус абрикосовый (из кураги) 1/15	Калорийность-20, Жиры-2, Углеводы-1	
200	№493 Чай с сахаром 1/200	Калорийность-60, Углеводы-15	
20	№108 Батон Колос 0,400 гр 1/20	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	
Итого за Завтрак 60,00		Калорийность-611, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-73	60-00
Обед 85,00			
60	№33 Салат Прелесть 1/60	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-9	
10	№404 Птица отварная 1/10	Калорийность-28, Белки-3, Жиры-2	
250	№157 Суп с макаронными изделиями 1/250	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16	
185	№370 Плов из отварной говядины 1/185	Калорийность-326, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-36	
200	№507 Компот из свежих плодов или ягод 1/200	Калорийность-81, Углеводы-20	
50	№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/50		
Итого за Обед 85,00		Калорийность-596, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-81	85-00
Итого за день		Калорийность-1 207, Белки-42, Жиры-47, Углеводы-154	

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав.
производством

Богрекова В.В.

