

22.04.2025 (вторник)

Согласовано

Директор

2 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
--------------	--------------------	--	----------------------

Завт. 7-11

150	№268 Омлет натуральный 1/150	Калорийность-252, Белки-13, Жиры-21, Углеводы-8	
100	№338 Фрукты свежие 1/100 (ябл)	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	
30	№89 Бутерброд с повидлом(джем) 15/15	Калорийность-77, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17	
200	№377 Чай с лимоном 1/200	Калорийность-42, Углеводы-10	
25	№117 Батон нарезной 1/25	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	

Итого за Завт.7-11 Калорийность-484, Белки-17, Жиры-24, **99-76**
Углеводы-58

Обед 7-11

60	№47 Винегрет овощной 1/60	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9	
200	№124 Суп картофельный 1/200	Калорийность-136, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12	
90	№372 Биточки из птицы 1/90	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8	
20	№422 Соус красный основной 1/20	Калорийность-11, Жиры-1, Углеводы-1	
150	№256 Макароны изделия отварные 1/150	Калорийность-190, Белки-6, Углеводы-30	
180	№342 Компот из свежих фруктов или ягод 1/180	Калорийность-88, Углеводы-22	
25	№115 Хлеб ржаной 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
25	№117 Батон нарезной 1/25	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	

Итого за Обед 7-11 Калорийность-752, Белки-32, Жиры-22, **99-76**
Углеводы-103

Завт. 11-18

180	№268 Омлет натуральный 1/180	Калорийность-302, Белки-16, Жиры-25, Углеводы-9	
150	№338 Фрукты свежие 1/150 (ябл)	Калорийность-47, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	
200	№377 Чай с лимоном 1/200	Калорийность-42, Углеводы-10	
30	№117 Батон нарезной 1/30	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-15	

Итого за Завт.11-18 Калорийность-470, Белки-21, Жиры-29, **92-00**
Углеводы-49

Обед 11-18

100	№47 Винегрет овощной 1/100	Калорийность-87, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-12	
250	№124 Суп картофельный 1/250	Калорийность-170, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-15	
100	№372 Биточки из птицы 1/100	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9	
20	№422 Соус красный основной 1/20	Калорийность-11, Жиры-1, Углеводы-1	
180	№256 Макароны изделия отварные 1/180	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35	
200	№342 Компот из свежих фруктов или ягод 1/200(Яблоки)	Калорийность-98, Углеводы-24	
50	№115 Хлеб ржаной 1/50	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	

Итого за Обед 11-18 Калорийность-864, Белки-35, Жиры-27, **138-00**
Углеводы-113

Ген.директор _____ Т.К.Корнаухов

Повар _____