

ООО "ПЕНЗЕНСКИЙ КОМБИНАТ" 14.09.2023 (1 четверг)

директор



Согласовано

Школы 7-18 осень 2023

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завт. 7-11			
150	№234 Каша рисовая молочная жидкая 1/150	Калорийность-161, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-24	
180	№457 Чай с сахаром 1/180	Калорийность-34, Углеводы-8	
10	№79 Масло сливочное (порциями) 1/10	Калорийность-99, Жиры-11	
200	№118 Банан 1/200	Калорийность-192, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-42	
30	№117 Батон нарезной 1/30	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
Итого за Завт.7-11		Калорийность-565, Белки-9, Жиры-18, Углеводы-89	88-88
Обед 7-11			
60	№112 Овощи натуральные 1/60 (огурец)	Калорийность-8, Углеводы-2	
200	№151 Суп картофельный с клецками 1/200	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-7	
10	№178 Клецки мучные 1/10	Калорийность-17, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2	
90	№372 Котлеты из птицы в молочном соусе 1/90	Калорийность-138, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-7	
150	№256 Макароны изделия отварные 1/150	Калорийность-190, Белки-6, Углеводы-30	
180	№459 Чай с лимоном 1/180	Калорийность-36, Углеводы-9	
30	№115 Хлеб ржаной 1/30	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	
Итого за Обед 7-11		Калорийность-492, Белки-20, Жиры-11, Углеводы-67	88-88
Завт. 11-18			
250	№234 Каша рисовая молочная жидкая 1/250	Калорийность-268, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-41	
10	№79 Масло сливочное (порциями) 1/10	Калорийность-99, Жиры-11	
60	Печенье 1/60	Калорийность-250, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-45	
30	№117 Батон нарезной 1/30	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	
200	№457 Чай с сахаром 1/200	Калорийность-38, Углеводы-9	
Итого за Завт.11-18		Калорийность-734, Белки-14, Жиры-27, Углеводы-110	60-00
Обед 11-18			
100	№112 Овощи натуральные 1/100 (огурец)	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3	
250	№151 Суп картофельный с клецками 1/250	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-9	
10	№178 Клецки мучные 1/10	Калорийность-17, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-2	
100	№372 Котлеты из птицы в молочном соусе 1/100	Калорийность-156, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-8	
180	№256 Макароны изделия отварные 1/180	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35	
180	№459 Чай с лимоном 1/180	Калорийность-36, Углеводы-9	
50	№115 Хлеб ржаной 1/50	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	
Итого за Обед 11-18		Калорийность-601, Белки-25, Жиры-15, Углеводы-83	85-00

Ген. директор

Т.К.Корнаузов

Повар



(Handwritten signature)