

13.02.2025 (четверг)

Директор

Создано

2 четверг 2 неделя

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|-----------------------------|--|---|-------------------|
| <u>Завт. 7-11</u> | | | |
| 150 | №274 Каша рисовая молочная жидкая 1/150 | Калорийность-172, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24 | |
| 30 | №88 Бутерброд с маслом 20/10 | Калорийность-115, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11 | |
| 100 | №338 Фрукты свежие 1/100 (ябл) | Калорийность-47, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10 | |
| 200 | №459 Чай с лимоном 1/200 | Калорийность-40, Углеводы-10 | |
| 20 | №115 Хлеб ржаной 1/20 | Калорийность-35, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-7 | |
| Итого за Завт. 7-11 | | Калорийность-409, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-62 | 99-76 |
| <u>Обед 7-11</u> | | | |
| 60 | №21 Салат Здоровье 1/60 | Калорийность-118, Белки-1, Жиры-11, Углеводы-4 | |
| 200 | №95 Борщ с капустой и картофелем 1/200 | Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6 | |
| 8 | №488 Сметана 1/8 | Калорийность-13, Жиры-1 | |
| 90 | №347 Котлеты "Школьные" 1/90 | Калорийность-190, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-12 | |
| 150 | №377 Пюре картофельное 1/150 | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9 | |
| 180 | №494 Компот из плодов сушеных (курага) 1/180 | Калорийность-65, Углеводы-16 | |
| 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-659, Белки-23, Жиры-33, Углеводы-68 | 99-76 |
| <u>Завт. 11-18</u> | | | |
| 200 | №274 Каша рисовая молочная жидкая 1/200 | Калорийность-229, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-33 | |
| 30 | №88 Бутерброд с маслом 20/10 | Калорийность-115, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11 | |
| 100 | №338 Фрукты свежие 1/100 (ябл) | Калорийность-47, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10 | |
| 200 | №377 Чай с лимоном 1/200 | Калорийность-42, Углеводы-10 | |
| 25 | №115 Хлеб ржаной 1/25 | Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8 | |
| Итого за Завт. 11-18 | | Калорийность-477, Белки-11, Жиры-17, Углеводы-72 | 92-00 |
| <u>Обед 11-18</u> | | | |
| 100 | №21 Салат Здоровье 1/100 | Калорийность-197, Белки-1, Жиры-18, Углеводы-7 | |
| 250 | №95 Борщ с капустой и картофелем 1/250 | Калорийность-76, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7 | |
| 8 | №488 Сметана 1/8 | Калорийность-13, Жиры-1 | |
| 100 | №347 Котлеты "Школьные" 1/100 | Калорийность-211, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-13 | |
| 180 | №377 Пюре картофельное 1/180 | Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11 | |
| 200 | №494 Компот из плодов сушеных (курага) 1/200 | Калорийность-72, Углеводы-18 | |
| 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 11-18 | | Калорийность-801, Белки-26, Жиры-42, Углеводы-77 | 138-00 |



Ген. директор

Т.К. Коричнев

Повар