

8.04.2025 (вторник)

Составлено

2 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамин С (мг), витамин В1 (мг), витамин В2 (мг), витамин В6 (мг), витамин В12 (мг), витамин РР (мг), витамин Е (мг), витамин К (мг), витамин А (мг), витамин Д (мг), витамин К2 (мг), витамин К3 (мг), витамин К4 (мг), витамин К5 (мг), витамин К6 (мг), витамин К7 (мг), витамин К8 (мг), витамин К9 (мг), витамин К10 (мг), витамин К11 (мг), витамин К12 (мг), витамин К13 (мг), витамин К14 (мг), витамин К15 (мг), витамин К16 (мг), витамин К17 (мг), витамин К18 (мг), витамин К19 (мг), витамин К20 (мг), витамин К21 (мг), витамин К22 (мг), витамин К23 (мг), витамин К24 (мг), витамин К25 (мг), витамин К26 (мг), витамин К27 (мг), витамин К28 (мг), витамин К29 (мг), витамин К30 (мг), витамин К31 (мг), витамин К32 (мг), витамин К33 (мг), витамин К34 (мг), витамин К35 (мг), витамин К36 (мг), витамин К37 (мг), витамин К38 (мг), витамин К39 (мг), витамин К40 (мг), витамин К41 (мг), витамин К42 (мг), витамин К43 (мг), витамин К44 (мг), витамин К45 (мг), витамин К46 (мг), витамин К47 (мг), витамин К48 (мг), витамин К49 (мг), витамин К50 (мг), витамин К51 (мг), витамин К52 (мг), витамин К53 (мг), витамин К54 (мг), витамин К55 (мг), витамин К56 (мг), витамин К57 (мг), витамин К58 (мг), витамин К59 (мг), витамин К60 (мг), витамин К61 (мг), витамин К62 (мг), витамин К63 (мг), витамин К64 (мг), витамин К65 (мг), витамин К66 (мг), витамин К67 (мг), витамин К68 (мг), витамин К69 (мг), витамин К70 (мг), витамин К71 (мг), витамин К72 (мг), витамин К73 (мг), витамин К74 (мг), витамин К75 (мг), витамин К76 (мг), витамин К77 (мг), витамин К78 (мг), витамин К79 (мг), витамин К80 (мг), витамин К81 (мг), витамин К82 (мг), витамин К83 (мг), витамин К84 (мг), витамин К85 (мг), витамин К86 (мг), витамин К87 (мг), витамин К88 (мг), витамин К89 (мг), витамин К90 (мг), витамин К91 (мг), витамин К92 (мг), витамин К93 (мг), витамин К94 (мг), витамин К95 (мг), витамин К96 (мг), витамин К97 (мг), витамин К98 (мг), витамин К99 (мг), витамин К100 (мг)	Энергетическая ценность
Завт. 7-11			
150	№268 Омлет натуральный 1/150	Калорийность-252, Белки-19, 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, Углеводы-58	99-76
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 плодов 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, Углеводы-103	99-76
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, Углеводы-49	92-00
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 плодов или ягод	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, Углеводы-113	138-00



Ген. директор _____ Т. К. Корняков

По

Масер *Масер В.В.*