

10 Ноября 2022 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углево	ККал			
<u>Завтрак 7-11</u>						
6.2	8.6	36	250	200	Каша рисовая молочная с маслом 7-11	=
3.97	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
10	10	0	26000	10	Сыр 7-11	=
0.79	0.59	21.79	83.78	197	Груша	=
21	25	82	26505			=

Руководитель

И.В. Козина

Шеф-повар

В.С. Железова

Калькулятор

К.А. Озерова



Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость
белк	жир	угл	ккал			
<u>Завтрак 7-11</u>						
6.9	6.6	21.	177	200	Какао с молоком 7-11	=
2	8	84				
7	7	22	177			=
<u>Обед 7-11</u>						
9.8	10.	11.	151	250	Щи на к.м.б со сметаной ГО 7-11	=
6	09	93				
12.	7.9	6.6	176	40	Печень по-строгановски 7-11	=
19						
3.2	8.4	30.	226	250	Пюре картофельное 7-11	=
	4	62				
6.6	5.1	0	72.1	25	Сельдь соленая с луком 12-17	=
			4			
1.5	0	4.1	8.4	30	Зеленый горошек 7-11	=
96		04				
6.6	1.2	34.	180	80	Хлеб ржаной 7-11	=
		2				
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
4	5	2				
0.4	0.0	30.	118	200	Компот из груши 7-11	=
6	8	6				
42	33	126	972			=
<u>Полдник 7-11</u>						
1	0	18.	76	200	Сок	=
		2				
6.5	6.9	26.	198.	60	Плюшка	=
925	375	85	75			
8	7	45	275			=
<u>Ужин 7-11-1</u>						
7.2	0.7	50.	122	180	Макароны отварные с маслом 7-11	=
		2				
12.	12.	7.2	203	90	Биточк мясные 7-11	=
92	72					
0	1.8	5.5	75	73	Икра кабачковая 7-11	=
		2				
0.1	0.0	9.9	37	200	Чай с повидлом 7-11	=
4	4	3				
3.9	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
7						
24	21	97	608			=
<u>Ужин 7-11-2</u>						
3.2	4.8	6.1	90	156	Кефир 7-11	=
		5				
2.5	0.3	16.	80	50	Хлеб пшеничный 7-11	=
		2				
6	5	22	170			=

Руководитель

И.В. Козина

Шеф-повар

В.С. Железова

Калькулятор

К.А. Озерова



Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белк	Жиры	Углек	Ккал			
<u>Завтрак 12-17</u>						
7	9.7	41	281	200	Каши рисовая молочная с маслом 12-17	=
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
10	10	0	3900	15	Сыр 12-17	=
		0	0			
0.79	0.59	21.	83.7	197	Груша	=
		79	8			
6.92	6.68	23.	177	200	Какао с молоком 12-17	=
		02				
30	34	122	39779			=
<u>Обед 12-17</u>						
10.3	12.4	14.	185	300	Щи на к.м.б со сметаной ТЮ 12-17	=
5	8	25				
21.9	10.8	8	182	75	Печень по-строгановски 12-17	=
3						
4.2	9	38.	282	250	Пюре картофельное 12-17	=
		2				
6.6	5.1	0	72.1	25	Сельдь соленая с луком 12-17	=
			4			
1.6	0	4.1	9.14	40	Зеленый горошек 12-17	=
		0				
7.92	1.44	41.	216	120	Хлеб ржаной 12-17	=
		04				
1.04	0.25	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
		2				
0.46	0.08	30.	118	200	компот из груши 12-17	=
		8				
54	39	144	1104			=
<u>Полдник 12-17</u>						
1	0	18.	76	200	Сок	=
		2				
6.59	6.93	26.	198.	60	Плюшка	=
25	75	85	75			
8	7	45	275			=
<u>Уж 12-17-1</u>						
8.3	0.88	56.	147	200	Макароны отварные с маслом 12-17	=
		3				
15.9	15.9	8.8	251.	100	Биточки мясные 12-17	=
5	7	8	11			
0	1.7	5.6	76	81	Икра кабачковая 12-17	=
		4				
0.2	0.05	14.	56	200	Чай с повидлом 12-17	=
		89				
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
30	26	122	767			=
<u>Уж 12-17-2</u>						
3.84	5.76	7.3	111	186	Кефир 12-17	=
		8				
3.12	0.75	22.	120	75	Хлеб пшеничный 12-17	0-19
		56				
7	7	30	231			0-19

Руководитель И.В. Козина
 Шеф-повар В.С. Железова
 Казькулятор К.А. Озерова

