

11 Октября 2022 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белок	Жиры	Углево	ККал			
<u>Завтрак 7-11</u>						
6.1	9	25.24	207	200	Каша пшениная молочная с маслом 7-11	=
4.18	3.19	14.6	100	110	Йогурт	=
3.97	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
10	10	0	26000	10	Сыр 7-11	=
0.8	0.6	21.8	84	175	Груша	=
25	29	86	26562			=

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>						
12.	7.0	22.	159	250	Суп гороховый с курицей 7-11	=
05	6	65				
12	10.	0.1	145	75	Куры тушеные 7-11	=
	5					
6.6	7.4	27.	141	250	Сложный гарнир с маслом 7-11	=
2	4	2				
0.3	0	21.	86	200	Компот из сухофруктов 7-11	=
3		54				
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
4	5	2				
0.4	0.2	2.2	17.7	38	Помидор свежий	=
			1			
6.6	1.2	34.	180	80	Хлеб ржаной 7-11	=
		2				
39	27	115	769			=
<u>Полдник 7-11</u>						
1	0	18.	76	200	Сок	=
		2				
10	10.	41.	295	100	Ватрушка с творогом и изюмом	=
	4	51				
11	10	60	371			=
<u>Ужин 7-11-1</u>						
12.	0.6	34.	169	150	Рис отварной 7-11	=
1		3				
12.	7.9	6.6	176	40	Печень по-строгановски 7-11	=
19						
0.4	0.2	2.2	17.7	37	Помидор свежий	=
			1			
1.4	0.0	20.	90	200	Чай с сахаром 7-11	=
	4	4				
3.9	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
7						
30	15	87	624			=
<u>Ужин 7-11-2</u>						
3.2	4.8	6.1	90	163	Кефир 7-11	=
		5				
502	520	32	156	25	Печенье 7-11	=
0		08	000			
5023	525	208	99999			=

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 12-17</u>						
6.6	8.8	31.23	230	200	Каша пшеничная молочная с маслом 12-17	=
6.9	6.6	23.02	177	200	Какао с молоком 12-17	=
4.1	3.1	14.6	100	110	Йогурт	=
5.6	7.4	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
0.8	0.6	21.8	84	175	Груша	=
10	10	0	390	15	Сыр 12-17	=
34	37	127	39828			=
<u>Обед 12-17</u>						
14.46	7.7	27.18	197	300	Суп гороховый с курицей 12-17	=
16	14	0	190	100	Куры тушеные 12-17	=
7.5	9.9	3.5	220	300	Сложный гарнир с маслом 12-17	=
0.3	0	21.54	86	200	Компот из сухофруктов 12-17	=
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
7.9	1.4	41.04	216	116	Хлеб ржаной 12-17	=
0.4	0.2	2.2	17.7	37	Помидор свежий	=
48	34	103	967			=
<u>Полдник 12-17</u>						
1	0	18.2	76	200	Сок	=
10	10	41.51	295	100	Ватрушка с творогом и изюмом	=
11	10	60	371			=
<u>Уж 12-17-1</u>						
16.26	0.8	45.8	226	200	Рис отварной 12-17	=
21.93	10.8	8	182	75	Печень по-строгановски 12-17	=
0.4	0.2	2.2	17.7	37	Помидор свежий	=
1.4	0.0	20.4	90	200	Чай с сахаром 12-17	=
5.6	7.4	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
46	19	112	753			=
<u>Уж 12-17-2</u>						
3.8	5.7	7.3	111	187	Кефир 12-17	=
4.5	0.4	29.16	142	32	Печенье 12-17	=
8	6	37	253			=

Для документа
Руководитель

И.В. Козина
В.С. Мельникова
К.А. Вязова

И.В. Козина

В.С. Мельникова
К.А. Вязова