

13 Января 2023 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак 7-11</u>						
4.9	5	32.84	177	200	Какао с молоком 7-11	=
5	5	33	177			=
<u>Обед 7-11</u>						
Рассольник						
3.11	6.95	14.57	123	250	"Ленинградский" на кмб со сметаной 7-11	=
Запеканка морковная с творогом со сгущ. молоком 7-11						
15.81	19.39	22.29	266	180		=
Хлеб пшеничный						
1.04	0.25	7.52	40	25		=
Хлеб ржаной 7-11						
6.6	2.6	34.2	168	80		=
Сок						
1	0	18.2	76	200		=
28	29	97	673			=
<u>Полдник 7-11</u>						
0.14	0	13.5	13	200	Чай 7-11	=
0.94	1.06	52.2	63	27	вафли 7-11	=
1.08	1.06	65.7	76			=

Руководитель _____ *И.В. Козина*
 Шеф-повар _____ *В.С. Железова*
 Калькулятор _____ *К.А. Озерова*



Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак 7-11						
10	17	2	199	110	Омлет натуральный 7-11	=
3.97	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
4.18	3.19	14.6	100	100	Йогурт	=
0.1	0.2	11	36	185	Мандарин	=
18	26	52	506			=

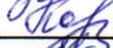


Руководитель  И.В. Козина
 Шеф-повар  В.С. Железова
 Калькулятор  К.А. Озерова



13 Января 2023 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак 12-17</u>						
10	17	2	199	110	Омлет натуральный 12-17	=
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
4.9	5	32	177	200	Какао с молоком 12-17	=
4.18	3.19	14.6	100	100	Йогурт	=
0.1	0.2	11	36	185	Мандарин	=
25	33	96	749			=
<u>Обед 12-17</u>						
Рассольник						
10.75	12.05	32	243	300	"Ленинградский" на кмб со сметаной 12-17	=
Запеканка морковная с творогом со сгущ. молоком 12-17						
18.6	14.9	28.6	277	200		=
1.04	0.25	7.52	40	25	Хлеб пшеничный	=
10	4	51	252	120	Хлеб ржаной 12-17	=
1	0	18.2	76	200	Сок	=
41	31	137	888			=
<u>Полдник 12-17</u>						
0.2	0	13.5	13	200	Чай 12-17	=
1.4	1.6	22	63	37	Вафли 12-17	=
2	2	35	76			=

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

