

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимост ь
белк	жир	угл	ккал			
<u>Завтрак 7-11</u>						
3.4	3.8	15.6	138	200	Кофейный напиток с молоком 7-11	=
3	4	16	138			=
<u>Обед 7-11</u>						
9.6	10.2	16.97	198	250	Суп картофельный с клецками 7-11	=
15.6	4.4	15.68	164	200	Рагу с курицей 7-11	=
1.6	0.0	1.1	10	70	Огурец свежий	=
3	1	7				=
6.6	2.6	34.2	168	80	Хлеб ржаной 7-11	=
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
4	5	2				=
0.6	0	21.54	114	200	Компот из сухофруктов 7-11	=
35	18	97	694			=
<u>Полдник 7-11</u>						
1	0	18.2	76	200	Сок	=
502		32	156	20	Печенье 7-11	=
0	520	08	000			=
0.7	0.7	23.86	87	192	Яблоки	=
4	4					=
5022	521	3212	29999			=
<u>Ужин 7-11-1</u>						
12.19	7.9	6.6	176	40	Печень по-строгановски 7-11	=
7.2	0.7	50.2	122	180	Макароны отварные с маслом 7-11	=
0	1.8	5.5	75	71	Икра кабачковая 7-11	=
3.9	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
7						=
1.4	0.4	20.6	92	200	Чай с лимоном 7-11	=
1	4					=
25	17	107	636			=
<u>Ужин 7-11-2</u>						
3.2	4.8	6.1	90	156	Кефир 7-11	=
5						=
7.5	13.2	47.1	332	80	Булочки сдобные 7-11	=
2						=
11	18	53	422			=

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						
6.67	8.75	24.12	198	250	Суп молочный с рисом 7-11	=
3.97	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
0.74	0.74	23.86	87	192	Яблоки	=
2600	2600	0	35000	11	Сыр 7-11	=
2611	2615	72	35456			=

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



Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Угле	Ккал			
<u>Завтрак 12-17</u>						
8	10.5	28.94	238	300	Суп молочный с рисом 12-17	=
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
6	9.6	9.2	150	200	Кофейный напиток с молоком 12-17	=
0.74	0.74	23.86	87	192	Яблоки	=
375	400	0	5100	16	Сыр 12-17	=
0	0	0	0			=
3770	4028	98	51712			=
<u>Обед 12-17</u>						
11.6	10.9	20.32	228	300	Суп картофельный с клецками 12-17	=
5	6	37.92	205	250	Рагу с курицей 12-17	=
1.63	0.01	1.17	10	70	Огурец свежий	=
10	4	51	252	120	Хлеб ржаной 12-17	=
1.04	0.25	7.52	40	27	Хлеб пшеничный	=
0.6	0	31	124	200	Компот из сухофруктов 12-17	=
44	21	149	859			=
<u>Полдник 12-17</u>						
1	0	18.2	76	200	Сок	=
4.56	0.48	29.16	142	30	Печенье 12-17	=
0.74	0.74	23.86	87	192	Яблоки	=
6	1	71	305			=
<u>Уж 12-17-1</u>						
21.9	10.8	8	182	75	Печень по-строгановски 12-17	=
3		56.3	147	200	Макароны отварные с маслом 12-17	=
0	1.7	5.64	76	80	Икра кабачковая 12-17	=
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
1.41	0.4	20.6	92	200	Чай с лимоном 12-17	=
37	21	127	734			=
<u>Уж 12-17-2</u>						
3.84	5.76	7.38	111	186	Кефир 12-17	=
7.5	13.2	47.1	332	80	Булочки сдобные 12-17	=
11	19	54	443			=

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

