

16 Ноября 2022 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевы	ККал			
<u>Завтрак 7-11</u>						
6.1	9	25.24	207	200	Каша пшенинная молочная с маслом 7-11	=
3.97	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
4.18	3.19	14.8	100	110	Йогурт	=
0.59	0.44	16.13	62	179	Груша	=
15	19	80	540			=

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>						
3.3	7.2	14.	127	250	Рассольник "Домашний" со сметаной Т.О. 7-11	=
3	7	92				
7.3	10.	4.5	208	90	Пудинг мясной 7-11	=
6	66					
14	26	29	196	200	Пюре гороховое 7-11	=
6.6	5.1	0	72	25	Сельдь соленая с луком 7-11	=
1.6	0.0	1.1	10	70	Огурец свежий	=
3	1	7				
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				
0.7	0.0	22.	91	200	Компот из кураги 7-11	=
8	4	5				
41	51	114	924			=
<u>Полдник 7-11</u>						
1	0	18.	76	200	Сок	=
		2				
15.	19.	22.	266	180	Запеканка морковная с творогом со сгущ. молоком 7-11	=
81	39	29				
17	19	40	342			=
<u>Ужин 7-11-1</u>						
0	0	0	0	100	Рыба запеченная в смет. соусе (минтай, треска) 7-11	=
2.6	13.	9.9	174	150	Капуста тушеная со сливочным маслом 7-11	=
	25					
1.6	0.0	1.1	10	70	Огурец свежий	=
3	1	7				
3.9	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
7						
0.1	0.0	9.9	37	200	Чай с повидлом 7-11	=
4	4	3				
8	19	45	392			=
<u>Ужин 7-11-2</u>						
3.2	4.8	6.1	90	156	Кефир 7-11	=
		5				
502		32	156	20	Печенье 7-11	=
0	520	08	000			
		0				
5023	525	1208699999				=

Руководитель

Шеф-повар

Калькулятор

И.В. Козина

В.С. Железова

К.А. Озерова



Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белк	Жиры	Углек.	Ккал			
<u>Завтрак 12-17</u>						
6.6	8.88	31.23	230	200	Каша пшеничная молочная с маслом 12-17	=
5.66	7.45	36.23	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
6.92	6.68	02	177	200	Какао с молоком 12-17	=
4.18	3.19	14.6	100	110	Йогурт	=
0.59	0.44	16.13	62	179	Груша	=
24	27	121	806			=
<u>Обед 12-17</u>						
3.87	9.08	17.66	156	300	Рассольник "Домашний" со сметаной Т.О. 12-17	=
11.4	15.2	9.8	219	110	Пудинг мясной 12-17	=
17	3.25	36.2	226	260	Пюре гороховое 12-17	=
9.24	7.14	0	101	35	Сельдь соленая с луком 12-17	=
1.63	0.01	1.17	10	70	Огурец свежий	=
7.92	1.44	41.04	216	125	Хлеб ржаной 12-17	=
1.04	0.25	7.52	40	26	Хлеб пшеничный	=
0.78	0.04	22.5	91	200	Компот из кураги 12-17	=
53	36	136	1059			=
<u>Полдник 12-17</u>						
1	0	18.2	76	200	Сок	=
18.6	14.9	28.6	277	200	Запеканка морковная с творогом со сгущ. молоком 12-17	=
20	15	47	353			=
<u>Уж 12-17-1</u>						
0	0	0	0	125	Рыба запеченная в смет. соусе (минтай, треска) 12-17	=
3.47	18	12.12	231	200	Капуста тушеная со сливочным маслом 12-17	=
1.63	0.01	1.17	10	70	Огурец свежий	=
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
0.2	0.05	14.89	56	200	Чай с повидлом 12-17	=
11	26	64	534			=
<u>Уж 12-17-2</u>						
3.84	5.76	7.38	111	186	Кефир 12-17	=
4.56	0.48	29.16	142	27	Печенье 12-17	=
8	6	37	253			=

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