

16 Марта 2023 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак 7-11						
6.67	8	23.12	188	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	211	Яблоки	=
2,6	2,6	0	35	11	Сыр 7-11	=
13,98	17,34	71	481			=

Руководитель

И.В. Козина

Шеф-повар

В.С. Железова

Калькулятор

К.А. Озерова



Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белк	Жир	Угле	Ккал			

Завтрак 12-17

8	9.5	27.	225	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.	87	212	Яблоки	=
375	400	86	5100	16	Сыр 12-17	=
0	0	0	0			=
3770	4027	97	51699			=

Обед 12-17

9.65	6.96	20.	183	300	Суп картофельный с клецками 12-17	=
15.5	12.5	24	275	250	Рагу с курицей 12-17	=
1.63	0.01	1.1	10	81	Огурец свежий	=
10	4	51	252	120	Хлеб ржаной 12-17	=
1.04	0.25	7.5	40	26	Хлеб пшеничный	=
0.6	0	31	124	200	Компот из сухофруктов 12-17	=
38	24	135	884			=

Полдник 12-17

1	0	18.	76	200	Сок	=
4.56	0.48	29.	142	30	Печенье 12-17	=
6	0	47	218			=

Уж12-17-1

21.9	10.8	8	182	75	Печень по-строгановски 12-17	=
8.3	0.88	56.	147	200	Макароны отварные с маслом 12-17	=
0	1.7	5.6	76	68	Икра кабачковая 12-17	=
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
1.41	0.4	20.	92	200	Чай с лимоном 12-17	=
37	21	127	734			=

Уж12-17-2

3.84	5.76	7.3	111	186	Кефир 12-17	=
7.5	13.2	47.	332	80	Булочки сдобные 12-17	=
11	19	54	443			=

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

