

17 Ноября 2022 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак 7-11						
8.004	10.5	28.94 4	237.6	300	Суп молочный с рисом 7-11	=
3.97	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
0.59	0.44	16.13	62	179	Груша	=
10	10	0	26000	10	Сыр 7-11	=
23	27	69	26471			=

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>						
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	1.2	34.2	180	80	Хлеб ржаной 7-11	=
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
4	5	2				
0.3	0	21.54	86	200	Компот из сухофруктов 7-11	=
3						
35	16	97	678			=
<u>Полдник 7-11</u>						
1	0	18.2	76	200	Сок	=
5.5	4.9	44.1	266	100	Ватрушка с повидлом	=
6	5	62	342			=
<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	68	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	=
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
Белк	Жиры	Углек	Кал			
<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	=
0.59	0.44	16.13	62	179	Груша	=
10	10	0	3900	15	Сыр 12-17	=
30	38	90	39687			=
<u>Обед 12-17</u>						
11.6	10.9	20.32	228	300	Суп картофельный с клецками 12-17	=
19.5	5.58	37.92	205	250	Рагу с курицей 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	=
0.33	0	21.54	86	200	Компот из сухофруктов 12-17	=
42	18	130	785			=
<u>Полдник 12-17</u>						
1	0	18.2	76	200	Сок	=
5.5	4.9	44.1	266	100	Ватрушка с повидлом	=
6	5	62	342			=
<u>Уж12-17-1</u>						
21.9	10.8	8	182	75	Печень по-строгановски 12-17	=
8.3	0.88	56.3	147	200	Макароны отварные с маслом 12-17	=
0	1.7	5.64	76	77	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>Уж12-17-2</u>						
3.84	5.76	7.38	111	186	Кефир 12-17	=
7.5	13.2	47.1	332	80	Булочки содовые 12-17	=
11	19	54	443			=

Руководитель

Шеф-повар

Калькулятор

И.В. Козина

В.С. Железова

К.А. Озерова

