

17 Октября 2022 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевы	Ккал			
<u>Завтрак 7-11</u>						
5.25	7.15	34	174	180	Каша геркулесовая с маслом 7-11	=
3.97	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
6.1	5.5	0.3	75	1	Яйцо вареное С-1	=
10	10	0	26000	10	Сыр 7-11	=
0.74	0.74	23.86	87	233	Яблоки	=
26	29	82	26507			=

Руководитель _____ *И.В. Козина* 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 7-11</u>						
6.92	6.68	21.84	177	200	Какао с молоком 7-11	=
7	7	22	177			=
<u>Обед 7-11</u>						
8.37	7.09	12.95	151	250	Суп картофельный с фасолью к/м 7-11	=
12.3	9.3	2.1	133	80	Гуляш 7-11	=
1.63	0.01	1.17	10	73	Огурец свежий	=
9	3.74	44	163	150	Греча отварная 7-11	=
0.33	0	21.54	86	200	Компот из сухофруктов 7-11	=
6.6	1.2	34.2	180	80	Хлеб ржаной 7-11	=
1.04	0.25	7.52	40	25	Хлеб пшеничный	=
39	22	123	763			=
<u>Полдник 7-11</u>						
1	0	18.2	76	200	Сок	=
16.5	11.8	24.5	305	150	Запеканка из творога со сгущ. молоком 7-11	=
17	12	43	381			=
<u>Ужин 7-11-1</u>						
11.1	9	5.5	146.66	75	Шницель рыбный 7-11	=
8	8	28	216	200	Картоф. запеченный в смет. соусе 7-11	=
1.41	0.44	20.6	92	200	Чай с лимоном 7-11	=
3.97	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
24	23	78	626			=
<u>Ужин 7-11-2</u>						
3.2	4.8	6.15	90	161	Кефир 7-11	=
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	Угле	Ккал			
<u>Завтрак 12-17</u>						
6.21	9.01	44	209	200	Каши геркулесовая с маслом 12-17	=
6.92	6.68	23.02	177	200	Какао с молоком 12-17	=
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
6.1	5.5	0.3	75	1	Яйцо вареное С-1	=
10	10	0	3900	15	Сыр 12-17	=
0.74	0.74	23.86	87	234	Яблоки	=
36	39	127	39785			=
<u>Обед 12-17</u>						
12.5	9	19.47	211	300	Суп картофельный с фасолью к/м 12-17	=
10.2	9.3	2.5	133	80	Гуляш 12-17	=
1.63	0.01	1.1	10	74	Огурец свежий	=
11.8	5	5	189	200	Греча отварная 12-17	=
0.33	0	21.54	86	200	Компот из сухофруктов 12-17	=
7.92	1.44	41.04	216	115	Хлеб ржаной 12-17	=
1.04	0.25	7.5	40	27	Хлеб пшеничный	=
45	25	98	885			=
<u>Полдник 12-17</u>						
1	0	18.2	76	200	Сок	=
17.4	13.5	24	324	175	Запеканка из творога со сгущ. молоком 12-17	=
18	13	42	400			=
<u>Уж12-17-1</u>						
14.9	12	7.4	196	100	Шницель рыбный 12-17	=
8	8	28	216	200	Картоф. запеченный в смет. соусе 12-17	=
1.41	0.4	20.6	92	200	Чай с лимоном 12-17	=
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
30	28	92	741			=
<u>Уж12-17-2</u>						
3.84	5.76	7.3	111	196	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

