

20 Октября 2022 г.

**Интерниров**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	кКал			
<i><u>Завтрак 7-11</u></i>						
9.9	9.21	40.17	309	300	<b>Суп молочный с макар.изделиями 7-11</b>	=
4.18	3.19	14.6	100	110	<b>Йогурт</b>	=
3.97	8	24	171	50	<b>Хлеб пшеничный с маслом 7-11</b>	=
0.18	0.4	21.2	72	290	<b>Апельсины</b>	=
18	19	100	652			=

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	=
0.7	0.3	3.8	31	72	Помидор свежий	=
0.4	0.0	30.6	118	200	Компот из груши 7-11	=
6.6	1.2	34.2	180	80	Хлеб ржаной 7-11	=
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
34	17	109	731			=
<u>Полдник 7-11</u>						
1	0	18.2	76	200	Сок	=
7.5	13.2	47.1	332	80	Булочки сдобные 7-11	=
8	13	65	408			=
<u>Ужин 7-11-1</u>						
12.19	7.9	6.6	176	40	Печень по-строгановски 7-11	=
0	1.8	5.5	75	67	Икра кабачковая 7-11	=
15.4	9.8	72	446	180	Макароны запеченные с сыром 7-11	=
0.1	0.0	9.9	37	200	Чай с повидлом 7-11	=
2.5	0.3	16.2	80	50	Хлеб пшеничный 7-11	=
30	20	110	814			=
<u>Ужин 7-11-2</u>						
3.2	4.8	6.1	90	156	Кефир 7-11	=
2.5	0.3	16.2	80	50	Хлеб пшеничный 7-11	=
6	5	22	170			=

Руководитель

И.В. Козина

Шеф-повар

В.С. Железова

Калькулятор

К.А. Озерова



## Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеки	Ккал			
<u>Завтрак 12-17</u>						
9.9	9.21	40.14	309	300	Суп молочный с макар.изделиями 12-17	=
6	9.6	9.2	150	200	Кофейный напиток с молоком 12-17	=
4.18	3.19	14.6	100	110	Йогурт	=
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
0.18	0.4	21.2	72	290	Апельсины	=
26	30	121	868			=
<u>Обед 12-17</u>						
11.6	10.9	20.5	228	300	Суп картофельный с клецками 12-17	=
19.5	5.58	37.92	205	250	Рагу с курицей 12-17	=
0.7	0.35	3.8	31	72	Помидор свежий	=
0.46	0.08	30.8	118	200	компот из груши 12-17	=
7.92	1.44	41.04	216	120	Хлеб ржаной 12-17	=
1.04	0.25	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
41	19	141	838			=
<u>Полдник 12-17</u>						
1	0	18.2	76	200	Сок	=
7.5	13.2	47.1	332	80	Булочки сдобные 12-17	=
8	13	65	408			=
<u>Уж12-17-1</u>						
21.9	10.8	8	182	75	Печень по-строгановски 12-17	=
0	1.7	5.6	76	76	Икра кабачковая 12-17	=
18.5	11.7	86.4	536	210	Макароны запеченные с сыром 12-17	=
0.2	0.05	14.89	56	200	Чай с повидлом 12-17	=
3.12	0.75	22.56	120	75	Хлеб пшеничный 12-17	0-19
44	25	137	970			0-19
<u>Уж12-17-2</u>						
3.84	5.76	7.3	111	186	Кефир 12-17	=
3.12	0.75	22.56	120	75	Хлеб пшеничный 12-17	0-19
7	7	30	231			0-19

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

