

24 Ноября 2022 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеб.	Ккал			
<u>Завтрак 7-11</u>						
6.2	8.6	36	250	200	Каша рисовая молочная с маслом 7-11	=
3.97	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
2600	2600	0	35000	10	Сыр 7-11	=
0.1	0.2	11	36	150	Мандарин	=
2610	2615	71	35457			=

Руководитель

И.В. Козина

Шеф-повар

В.С. Железова

Калькулятор

К.А. Озерова



Интeрниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимост ь
белк	жир	угл	ккал			
<u>Завтрак 7-11</u>						
4.9	5	32.84	177	200	Какао с молоком 7-11	=
5	5	33	177			=
<u>Обед 7-11</u>						
9.8	10.6	11.09	151	250	Щи на к.м.б со сметаной ТГО 7-11	=
12.19	7.9	6.6	176	40	Печень по-строгановски 7-11	=
3.2	8.4	30.4	226	250	Пюре картофельное 7-11	=
2.7	2.1	0	30	25	Сельдь соленая с луком 7-11	=
1.3	0	3.4	7	25	Зеленый горошек 7-11	=
6.6	2.6	34.2	168	80	Хлеб ржаной 7-11	=
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
0.4	0.0	30.6	118	200	Компот из мандаринов	=
37	31	125	916			=
<u>Полдник 7-11</u>						
1	0	18.2	76	200	Сок	=
4.7	5.2	35.8	205	80	Плюшка	=
6	5	54	281			=
<u>Ужин 7-11-1</u>						
7.2	0.7	50.2	122	180	Макароны отварные с маслом 7-11	=
12.92	12.72	7.2	203	90	Биточк мясные 7-11	=
0	1.8	5.5	75	71	Икра кабачковая 7-11	=
3	0.0	4	21	82	Чай с повидлом 7-11	=
3.9	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
27	21	108	653			=
<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	Угле-	ККал	кВт			
<u>Завтрак 12-17</u>							
7	9.7	41	281	200	Каши рисовая молочная с маслом 12-17	=	
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=	
375	400	0	5100	15	Сыр 12-17	=	
0	0	0	0				
0.1	0.2	11	36	150	Мандарин	=	
4.9	5	32	177	200	Какао с молоком 12-17	=	
3768	4022	120	51731			=	
<u>Обед 12-17</u>							
10.3	12.4	14.	185	300	Щи на к.м.б со сметаной ГО 12-17	=	
5	8	25					
21.9	10.8	8	182	75	Печень по-строгановски 12-17	=	
3							
4.2	9	38.	282	250	Пюре картофельное 12-17	=	
		2					
5.39	4.16	0	58.9	35	Сельдь соленая с луком 12-17	=	
	5	1					
1.4	0	3.5	8	35	Зеленый горошек 12-17	=	
		9					
10	4	51	252	116	Хлеб ржаной 12-17	=	
1.04	0.25	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=	
		2					
0.46	0.08	30.	118	200	Компот из мандаринов	=	
		6					
55	41	153	1126			=	
<u>Полдник 12-17</u>							
1	0	18.	76	200	Сок	=	
		2					
4.79	5.25	35.	205	80	Плюшка	=	
		8					
6	5	54	281			=	
<u>Уж12-17-1</u>							
8.3	0.88	56.	147	200	Макароны отварные с маслом 12-17	=	
		3					
14.3	14.3	8	226	90	Биточки мясные 12-17	=	
6	8						
0	1.7	5.6	76	80	Икра кабачковая 12-17	=	
		4					
0.3	0.05	21	82	200	Чай с повидлом 12-17	=	
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=	
29	24	127	768			=	
<u>Уж12-17-2</u>							
3.84	5.76	7.3	111	186	Кефир 12-17	=	
		8					
3.12	0.75	22.	120	75	Хлеб пшеничный 12-17	0-19	
		56					
7	7	30	231			0-19	

Руководитель

И.В. Козина

Шеф-повар

В.С. Железова

Калькулятор

К.А. Озерова

