

27 Сентября 2022 г.

Интерниров

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | Стоимость питания |
|---------------------|------|--------|-------|-------|---------------------------------------|-------------------|
| Белки | Жиры | Углевы | ККал | | | |
| <u>Завтрак 7-11</u> | | | | | | |
| 6.1 | 9 | 25.24 | 207 | 200 | Каша пшеничная молочная с маслом 7-11 | = |
| 4.18 | 3.19 | 14.6 | 100 | 110 | Йогурт | = |
| 3.97 | 6 | 24 | 171 | 50 | Хлеб пшеничный с маслом 7-11 | = |
| 10 | 10 | 0 | 26000 | 10 | Сыр 7-11 | = |
| 0.1 | 0.2 | 11 | 36 | 150 | Мандарин | = |
| 24 | 28 | 75 | 26514 | | | = |

Руководитель _____ И.В. Козина
 Шеф-повар _____ В.С. Железова
 Калькулятор _____ М.И. Голубева



Интерниров

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | Стоимость питания |
|---------------------|------|------------|------|-------|------------------------------|-------------------|
| Белки | Жиры | Углеб | Ккал | | | |
| <u>Завтрак 7-11</u> | | | | | | |
| 6.92 | 6.68 | 21.8 | 177 | 200 | Какао с молоком 7-11 | = |
| 7 | 7 | 22 | 177 | | | = |
| <u>Обед 7-11</u> | | | | | | |
| 12.0 | 7.06 | 22.6 | 159 | 250 | Суп гороховый с курицей 7-11 | = |
| 5 | | 5 | | 75 | Куры тушеные 7-11 | = |
| 6.62 | 7.44 | 27.2 | 141 | 250 | Сложный гарнир с маслом 7-11 | = |
| 0.33 | 0 | 21.5 | 86 | 200 | Компот из сухофруктов 7-11 | = |
| | | 4 | | 80 | Хлеб ржаной 7-11 | = |
| 6.6 | 1.2 | 34.2 | 180 | 25 | Хлеб пшеничный | = |
| 1.04 | 0.25 | 7.52 | 40 | 40 | Помидор свежий | = |
| 0.4 | 0.2 | 2.2 | 18 | | | = |
| 39 | 27 | 115 | 769 | | | = |
| <u>Полдник 7-11</u> | | | | | | |
| 1 | 0 | 18.2 | 76 | 200 | Сок | = |
| 10 | 10.4 | 41.5 | 295 | 100 | Ватрушка с творогом и изюмом | = |
| | | 1 | | | | = |
| 11 | 10 | 60 | 371 | | | = |
| <u>Ужин 7-11-1</u> | | | | | | |
| 12.1 | 0.6 | 34.3 | 169 | 150 | Рис отварной 7-11 | = |
| 12.1 | 7.9 | 6.6 | 176 | 40 | Печень по-строгановски 7-11 | = |
| 9 | | | | 200 | Чай с сахаром 7-11 | = |
| 1.4 | 0.04 | 20.4 | 90 | 50 | Хлеб пшеничный с маслом 7-11 | = |
| 3.97 | 6 | 24 | 171 | | | = |
| 30 | 15 | 85 | 606 | | | = |
| <u>Ужин 7-11-2</u> | | | | | | |
| 3.2 | 4.8 | 6.15 | 90 | 150 | Кефир 7-11 | = |
| 502 | 520 | 320 | 1560 | 20 | Печенье 7-11 | = |
| 0 | | 80 | 00 | | | = |
| 5023 | 525 | 3208699999 | | | | = |

Руководитель

И.В. Козина

Шеф-повар

В.С. Железова

Калькулятор

М.И. Голубева

Интерниров

| Пищевая ценность | | | | Выход | Наименование блюда | Стоимость питания |
|----------------------|------|------|-------|-------|--|-------------------|
| Белки | Жиры | Угле | Ккал | | | |
| <u>Завтрак 12-17</u> | | | | | | |
| 6.6 | 8.88 | 31.2 | 230 | 200 | Каша пшеничная молочная с маслом 12-17 | = |
| 6.92 | 6.68 | 23.0 | 177 | 200 | Какао 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 | = |
| 10 | 10 | 0 | 3900 | 15 | Сыр 12-17 | = |
| 0.1 | 0.2 | 11 | 36 | 151 | Мандарин | = |
| 33 | 36 | 116 | 39780 | | | = |
| <u>Обед 12-17</u> | | | | | | |
| 14.4 | 7.75 | 27.1 | 197 | 300 | Суп гороховый с курицей 12-17 | = |
| 16 | 14 | 0 | 190 | 100 | Куры тушеные 12-17 | = |
| 7.57 | 9.9 | 3.5 | 220 | 300 | Сложный гарнир с маслом 12-17 | = |
| 0.33 | 0 | 21.5 | 86 | 200 | Компот из сухофруктов 12-17 | = |
| 7.92 | 1.44 | 41.0 | 216 | 120 | Хлеб ржаной 12-17 | = |
| 1.04 | 0.25 | 7.52 | 40 | 25 | Хлеб пшеничный | = |
| 0.4 | 0.2 | 2.2 | 18 | 40 | Помидор свежий | = |
| 48 | 34 | 103 | 967 | | | = |
| <u>Полдник 12-17</u> | | | | | | |
| 1 | 0 | 18.2 | 76 | 200 | Сок | = |
| 10 | 10.4 | 41.5 | 295 | 100 | Ватрушка с творогом и изюмом | = |
| 11 | 10 | 60 | 371 | | | = |
| <u>Уж12-17-1</u> | | | | | | |
| 16.2 | 0.8 | 45.8 | 226 | 200 | Рис отварной 12-17 | = |
| 21.9 | 10.8 | 8 | 182 | 75 | Печень по-строгановски 12-17 | = |
| 1.4 | 0.05 | 20.4 | 90 | 200 | Чай с сахаром 12-17 | = |
| 5.66 | 7.45 | 36 | 237 | 75 | Хлеб пшеничный с маслом 12-17 | = |
| 45 | 19 | 110 | 735 | | | = |
| <u>Уж12-17-2</u> | | | | | | |
| 3.84 | 5.76 | 7.38 | 111 | 193 | Кефир 12-17 | = |
| 4.56 | 0.48 | 29.1 | 142 | 34 | Печенье 12-17 | = |
| 8 | 6 | 37 | 253 | | | = |

Руководитель _____ И.В. Козина
 Шеф-повар _____ В.С. Железова
 Калькулятор _____ М.И. Голубева

