

27 Октября 2022 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	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	=
0.8	0.6	21.8	84	181	Груша	=
11	16	82	505			=

Руководитель _____ *Козина* Н.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>						
6.9	6.6	21.	177	200	Какао с молоком 7-11	=
2	8	84				
7	7	22	177			=
<u>Обед 7-11</u>						
9.8	10.	11.	151	250	Щи на к.м.б со сметаной ТЮ 7-11	=
6	09	93				
12.	7.9	6.6	176	40	Печень по-строгановски 7-11	=
19						
3.2	8.4	30.	226	250	Пюре картофельное 7-11	=
	4	62				
0.4	0.0	30.	118	200	Компот из апельсинов	=
6	8	6				
6.6	1.2	34.	180	80	Хлеб ржаной 7-11	=
		2				
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
4	5	2				
6.6	5.1	0	72	25	Сельдь соленая с луком	=
1.6	0	4.1	9			
42	33	126	972			=
<u>Полдник 7-11</u>						
1	0	18.	76	200	Сок	=
		2				
8.7	9.2	35.	265	60	Плюшка	=
9	5	8				
10	9	54	341			=
<u>Ужин 7-11-1</u>						
0	1.8	5.5	75	67	Икра кабачковая 7-11	=
		2				
12.	12.	7.2	203	90	Биточк мясные 7-11	=
92	72					
1.4	0.4	20.	92	200	Чай с лимоном 7-11	=
1	4	6				
7.2	0.7	50.	122	180	Макароны отварные с маслом 7-11	=
		2				
3.9	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
7						
25	22	108	663			=
<u>Ужин 7-11-2</u>						
3.2	4.8	6.1	90	156	Кефир 7-11	=
		5				
2.5	0.3	16.	80	50	Хлеб пшеничный 7-11	=
		2				
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-скл	Кал			
<u>Завтрак 12-17</u>						
7	9.7	41	281	200	Каши рисовая молочная 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	=
0.8	0.6	21.8	84	181	Груша	=
20	24	122	779			=
<u>Обед 12-17</u>						
10.3	12.4	14.5	185	300	Щи на к.м.б со сметаной ТО 12-17	=
21.9	10.8	8	182	75	Печень по-строгановски 12-17	=
4.2	9	38.2	282	250	Пюре картофельное 12-17	=
0.46	0.08	30.6	118	200	Компот из апельсинов	=
7.92	1.44	41.04	216	120	Хлеб ржаной 12-17	=
1.04	0.25	7.52	40	25	Хлеб пшеничный	=
6.6	5.1	0	72	25	Сельдь соленая с луком	=
1.6	0	4.1	9	33	Зеленый горошек 12-17	=
54	39	144	1104			=
<u>Полдник 12-17</u>						
1	0	18.2	76	200	Сок	=
8.79	9.25	35.8	265	60	Плюшка	=
10	9	54	341			=
<u>Уж12-17-1</u>						
0	1.7	5.64	76	76	Икра кабачковая 12-17	=
14.3	14.3	8	226	100	Биточки мясные 12-17	=
1.41	0.4	20.6	92	200	Чай с лимоном 12-17	=
8.3	0.88	56.3	147	200	Макароны отварные с маслом 12-17	=
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
30	25	127	778			=
<u>Уж12-17-2</u>						
3.84	5.76	7.38	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

Шеф-повар

Калькулятор

И.В. Козина

В.С. Железова

К.А. Озерова

