

07 Ноября 2022 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевыс	ККал			
<u>Завтрак 7-11</u>						
7	10	29.53	233	.180/5	Каша манная молочная с маслом 7-11	=
0.01	0.01	0	26	.010	Сыр 7-11	=
3.97	6	24	171	.050/6	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
4.18	3.19	14.6	100	.110	Йогурт	=
6.1	5.5	0.3	75	1	Яйцо вареное С-1	=
21	25	68	605			=

Руководитель Зел И.В. Козина
 Шеф-повар Железова В.С. Железова
 Калькулятор Озерова 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>						
10	8.1	13.2	187	250	Борщ с мяси. консервами со сметаной Т/О 7-11	=
12.	15.	11	255	200	Азу 7-11	=
13	33					=
0.7	0.0	22.	91	200	Компот из кураги 7-11	=
8	4	5				=
6.6	1.2	34.	180	80	Хлеб ржаной 7-11	=
		2				=
1.1	0.1	6.1	27	76	Салат из квашеной капусты	=
2	4	6				=
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
4	5	2				=
32	25	94	780			=
<u>Полдник 7-11</u>						
1	0	18.	76	200	Сок	=
		2				=
16.	11.	24.	305	150	Запеканка из творога со сгущ. молоком 7-11	=
5	8	5				=
17	12	43	381			=
<u>Ужин 7-11-1</u>						
10.	11.	18.	222	200	Картоф. запеченный с яйцом 7-11	=
64	6	8				=
11.	1.9	7.6	86	90	Биточек рыбный 7-11	=
52	2	8				=
0	1.8	5.5	75	67	Икра кабачковая 7-11	=
		2				=
3.9	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
7						=
1.4	0.0	20.	90	200	Чай с сахаром 7-11	=
	4	4				=
28	21	76	644			=
<u>Ужин 7-11-2</u>						
4.1	3.1	14.	100	110	Йогурт	=
8	9	6				=
7.5	13.	47.	332	80	Булочки сдобные 7-11	=
	2	1				=
12	16	62	432			=

Руководитель

Шеф-повар

Калькулятор

И.В. Козина

В.С. Железова

К.А. Озерова



Интeрниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Угле.	Кал.			
<u>Завтрак 12-17</u>						
7.55	11	30	248	180	Каша манная молочная с маслом 12-17	=
6	9.6	9.2	150	200	Кофейный напиток с молоком 12-17	=
10	10	0	3900	15	Сыр 12-17	=
		0				
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
4.18	3.19	14.	100	110	Йогурт	=
		6				
6.1	5.5	0.3	75	1	Яйцо вареное С-1	=
39	47	90	39810			=
<u>Обед 12-17</u>						
14	12.5	18	243	350	Борщ с мясн. консервами со сметаной Т/О 12-17	=
	8					
18	24.6	14.	300	250	Азу 12-17	=
		6				
0.78	0.04	22.	91	200	Компот из кураги 12-17	=
		5				
7.92	1.44	41.	216	120	Хлеб ржаной 12-17	=
		04				
1.12	0.14	6.1	27	76	Салат из квашеной капусты	=
		6				
1.04	0.25	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
		2				
43	39	110	917			=
<u>Полдник 12-17</u>						
1	0	18.	76	200	Сок	=
		2				
17.4	13.5	24	324	175	Запеканка из творога со сгущ. молоком 12-17	=
18	13	42	400			=
<u>Уж 12-17-1</u>						
11.5	12.6	20.	242	200	Картоф. запеченный с яйцом 12-17	=
	7	1				
12.7	1.3	8.5	116	100	Биточек рыбный 12-17	=
		5.6				
0	1.7	4	76	76	Икра кабачковая 12-17	=
		4				
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
1.4	0.05	20.	90	200	Чай с сахаром 12-17	=
		4				
31	23	91	761			=
<u>Уж 12-17-2</u>						
4.18	3.19	14.	100	110	Йогурт	=
		6				
7.5	13.2	47.	332	80	Булочки сдобные 12-17	=
		1				
12	16	62	432			=

Руководитель

И.В. Козина

Шеф-повар

В.С. Железова

Калькулятор

К.А. Озерова

