

08 Сентября 2022 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углева	ККал			
<u>Завтрак 7-11</u>						
9.9	9.21	40.17	309	300	Суп молочный с макар.изделиями 7-11	=
4.18	3.19	14.6	100	110	Йогурт	=
3.97	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
18	18	79	580			=

Руководитель

И.В. Козина

Шеф-повар

В.С. Железова

Калькулятор

К.А. Озерова



Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость
Белки	Жиры	Углеб.	Кал.			
<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	=
0.4	0.2	2.2	18	45	Помидор свежий	=
0.4	0.1	44.2	170	200	Компот из свежих яблок	=
6.6	1.2	34.2	180	80	Хлеб ржаной 7-11	=
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
4	5	2				=
34	16	121	770			=
<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>						
6.1	5.5	0.3	75	1	Яйцо вареное С-1	=
15.4	9.8	72	446	180	Макароны запеченные с сыром 7-11	=
0	1.5	4.6	63	93	Икра кабачковая 7-11	=
0.1	0.0	9.9	37	200	Чай с повидлом 7-11	=
4	4	3				=
3.9	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
7						=
26	23	111	792			=
<u>Ужин 7-11-2</u>						
3.2	4.8	6.1	90	163	Кефир 7-11	=
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
4	5	2				=
4	5	14	130			=

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 12-17</u>						
9.9	3.2	40.	309	300	Суп молочный с макар.изделиями 12-17	=
6	9.6	9.2	150	200	Кофейный напиток с молоком 12-17	=
4.1	3.1	14.	100	110	Йогурт	=
8	9	6				
5.6	7.4	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
6	5					
26	29	100	796			=
<u>Обед 12-17</u>						
11.	10.	20.	228	300	Суп картофельный с клецками 12-17	=
65	96	32				
19.	5.5	37.	205	250	Рагу с курицей 12-17	=
5	8	92				
0.4	0.2	2.2	18	45	Помидор свежий	=
0.4	0.1	44.	170	200	Компот из свежих яблок	=
2	2	2				
7.9	1.4	41.	216	120	Хлеб ржаной 12-17	=
2	4	04				
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
4	5	2				
41	19	153	877			=
<u>Полдник 12-17</u>						
1	0	18.	76	200	Сок	=
		2				
7.5	13.	47.	332	80	Булочки сдобные 12-17	=
2	1	1				
8	13	65	408			=
<u>Уж12-17-1</u>						
6.1	5.5	0.3	75	1	Яйцо вареное С-1	=
18.	11.	86.	536	210	Макароны запеченные с сыром 12-17	=
5	7	4				
0	1.7	5.6	76	103	Икра кабачковая 12-17	=
		4				
0.2	0.0	14.	56	200	Чай с повидлом 12-17	=
	5	89				
5.6	7.4	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
6	5					
30	26	143	980			=
<u>Уж12-17-2</u>						
3.8	5.7	7.3	111	187	Кефир 12-17	=
4	6	8				
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
4	5	2				
5	6	15	151			=

Руководитель

И.В. Козина

Шеф-повар

В.С. Железова

Калькулятор

К.А. Озерова

