

08 Декабря 2022 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводс	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	11	Сыр 7-11	=
0.1	0.2	11	36	139	Мандарин	=
2610	2615	71	35457			=

Руководитель _____ И.В. Козина

Шеф-повар _____ В.С. Железова

Калькулятор _____ К.А. Озерова



Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимос ть
белк	жир	угл	ккал			
<u>Завтрак 7-11</u>						
4.9	5	32.	177	200	Какао с молоком 7-11	=
5	5	84	177			=
<u>Обед 7-11</u>						
9.8	10.	11.	151	250	Щи на к.м.б со сметаной ГО 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				
6.6	5.1	0	72	60	Сельдь соленая с луком 7-11	=
1.3	0	3.4	7	25	Зеленый горошек 7-11	=
3		2				
6.6	2.6	34.	168	80	Хлеб ржаной 7-11	=
		2				
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
4	5	2				
0.4	0.0	30.	118	200	Компот из мандаринов	=
6	8	6				
41	34	125	958			=
<u>Полдник 7-11</u>						
1	0	18.	76	200	Сок	=
		2				
4.7	5.2	35.	205	80	Плюшка	=
9	5	8				
6	5	54	281			=
<u>Ужин 7-11-1</u>						
7.2	0.7	50.	122	180	Макароны отварные с маслом 7-11	=
		2				
12.	12.	7.2	203	90	Биточк мясные 7-11	=
92	72					
0	1.8	5.5	75	60	Икра кабачковая 7-11	=
		2				
3	0.0	21	82	200	Чай с повидлом 7-11	=
	4					
3.9	6	24	171	50	Хлеб пшеничный с маслом 7-11	=
7						
27	21	108	653			=
<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
Белк	Жиры	Угле	Ккал			
<u>Завтрак 12-17</u>						
7	9.7	41	281	200	Каша рисовая молочная с маслом 12-17	=
5.66	7.45	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
375	400	0	5100	16	Сыр 12-17	=
0	0	0	0			
0.1	0.2	11	36	139	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 ТЮ 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				
9.24	7.14	0	101	60	Сельдь соленая с луком 12-17	=
1.4	0	3.5	8	35	Зеленый горошек 12-17	=
		9				
10	4	51	252	120	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				
59	44	153	1168			=
<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	Макаронь 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	75	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

