

09 Сентября 2022 г.

Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевы	ККал			
<u>Завтрак 7-11</u>						
10	17	2	199	110	Омлет натуральный 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	=
0.74	0.74	23.66	87	192	Яблоки	=
25	27	64	26557			=

Руководитель

Н.В. Козина

Шеф-повар

В.С. Железова

Калькулятор

К.А. Озерова



Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость
Белки	Жиры	Углеводы	Калории			
<u>Завтрак 7-11</u>						
6.9	6.6	21.	177	200	Какао с молоком 7-11	=
2	8	84	177			
7	7	22	177			=
<u>Обед 7-11</u>						
3.1	6.9	14.	123	250	Рассольник "Ленинградский" на кмб со сметаной 7-11	=
1	5	57	123			
16.	16.	22.	291	200	Картофельная запеканка с мясом 7-11	=
9	7	18	291			
0.8	0.1	4.4	19	54	Салат из квашеной капусты	=
1	0	18.	76	197	Сок	=
		2	76			
6.6	1.2	34.	180	80	Хлеб ржаной 7-11	=
		2	180			
1.0	0.2	7.5	40	25	Хлеб пшеничный	=
4	5	2	40			
29	25	101	729			=
<u>Полдник 7-11</u>						
0.1	0	13.	13	200	Чай 7-11	=
4		5	13			
502		32	156	25	Печенье 7-11	=
0	520	08	000			
		0	000			
7.5	13.	47.	332	80	Булочки сдобные 7-11	=
	2	1	332			
5020	533	1214	399999			=

Руководитель

И.В. Козина

Шеф-повар

В.С. Железова

Калькулятор

К.А. Озерова



Интерниров

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость
Белки	Жиры	Углек.	Кал.			
<u>Завтрак 12-17</u>						
10	17	2	199	110	Омлет натуральный 12-17	=
6.9	6.6	23.	177	200	Какао с молоком 12-17	=
2	8	02				
4.1	3.1	14.	100	110	Йогурт	=
3	0	6				
4.5	7.4	36	237	75	Хлеб пшеничный с маслом 12-17	=
5	5					
10	10	0	390	15	Сыр 12-17	=
			00			
0.7	0.7	23.	87	192	Яблоки	=
4	4	86				
37	45	99	39800			=
<u>Обед 12-17</u>						
10.	12.	32	243	300	Рассольник "Ленинградский" на кмб со сметаной 12-17	=
75	05					
21.	20.	27.	364	250	Картофельная запеканка с мясом 12-17	=
1	8	7				
0.8	0.1	4.4	19	54	Салат из квашеной капусты	=
1	0	18.	76	197	Сок	=
		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				
43	35	131	958			=
<u>Полдник 12-17</u>						
0.2	0	13.	13	200	Чай 12-17	=
		5				
4.5	0.4	29.	142	35	Печенье 12-17	=
6	8	16				
7.5	13.	47.	332	80	Булочки сдобные 12-17	=
	2	1				
12	14	90	487			=

Руководитель

И.В. Козина

Шеф-повар

В.С. Железова

Калькулятор

К.А. Озерова

