

Составлено:  
Директор

Утверждаю  
Директор

10. 10 Меню 2023г.



Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы			
День: 23350105	из белокочанной капусты (завтрак)**	40	0,75	1,54	3,75	45	3,59	
ЗАВТРАК	тефтели 2 вариант (свинина)	120	9,05	8,04	12,35	190,32	279	56,61
	макаронные изделия отварные с маслом	100	3,56	5,11	22,41	152,77	203	10,80
	чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,52	374	4,59
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,43	19,72	85,44	H	2,97
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	1,4
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>18,96</b>	<b>15,33</b>	<b>75,02</b>	<b>525,21</b>		<b>79,98</b>
	борщ с капустой и картофелем	200	1,32	4,74	10,72	80,54	82	8,95
	салат из свеклы отварной	60	0,70	2,48	5,26	46,78	52	11,68
	котлеты или биточки рыбные с маслом	125	14,35	6,55	7,47	147,17	234	42,00
	картофель отварной с маслом	180	3,46	6,79	23,96	180	125	25,45
	сок фруктовый	200	1,70	2,00	20,20	94,44	389	16,90
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,09	H	1,91
	мармелад	40	0,04	0,00	24,96	120	H	1,40
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	9,15
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>830</b>	<b>25,14</b>	<b>20,38</b>	<b>121,16</b>	<b>772,11</b>		<b>117,41</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1640</b>	<b>58,30</b>	<b>56,00</b>	<b>241,54</b>	<b>1648,4</b>		

Ст. повар

Составлено:  
Директор

Утверждаю  
Директор

10. 10 Меню 2023г.



Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы			
День: 23350105	из белокочанной капусты (завтрак)**	60	1,16	2,47	5,63	49,57	45	5,38
ЗАВТРАК	тефтели 2 вариант (свинина)	120	9,05	8,04	12,35	190,32	279	56,61
	макаронные изделия отварные с маслом	150	5,82	7,67	33,51	229,16	203	16,24
	чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,52	374	4,59
	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	2,86
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	1,95
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>585</b>	<b>22,16</b>	<b>18,54</b>	<b>95,50</b>	<b>660,2</b>		<b>87,63</b>
	борщ с капустой и картофелем	250	2,03	5,17	13,40	108,55	82	13,42
	салат из свеклы отварной	100	1,50	4,10	8,80	77,96	52	19,44
	котлеты или биточки рыбные с маслом	105	14,85	6,55	7,97	147,17	234	42,00
	картофель отварной с маслом	180	3,46	6,79	23,96	180	125	25,45
	сок фруктовый	200	1,70	2,00	20,20	94,44	389	16,90
	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	2,86
	мармелад	40	0,04	0,00	24,96	120	H	1,40
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	1,95
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>945</b>	<b>27,85</b>	<b>23,27</b>	<b>139,98</b>	<b>878,44</b>		<b>131,16</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1530</b>	<b>50,01</b>	<b>41,81</b>	<b>235,48</b>	<b>1538,64</b>		

Ст. повар