

утверждаю
Директор

14. Меню 11 2023г.



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

Ст. повар *[Signature]*

Утверждаю
Директор

14. Меню 11 2023г.



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

Ст. повар *[Signature]*