



Меню № 8-12 2023г.

утверждаю  
Директор



Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 10</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** (завтрак)	60	0,36	0,12	2,52	11,94 71/1	6,55
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9 271	67,15
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	150	6,14	3,76	36,06	150 171	11,64
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9 377	4,59
	Хлеб пшеничный 40	45	3,36	0,45	21,73	96,12 Н	2,86
	Хлеб ржаной 30	40	1,88	0,28	19,92	85,6 Н	2,53
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>595</b>	<b>27,78</b>	<b>23,04</b>	<b>100,54</b>	<b>650,38</b>	<b>95,33</b>
<b>ОБЕД</b>							
	Суп-лапша домашняя	250	5,25	7,00	26,42	119,38 113	9
	Салат из квашеной капусты**	100	0,99	5,05	6,70	76,73 47	8,46
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213 249	63,2
	Пюре картофельное (обед)	180	3,33	5,26	21,42	146,86 312	20,96
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44 389	12,76
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44 Н	2,97
	Хлеб ржаной 20	40	1,88	0,28	19,92	85,6 Н	2,53
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47 338	12,57
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1010</b>	<b>26,30</b>	<b>31,44</b>	<b>134,94</b>	<b>858,45</b>	<b>136,58</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1605</b>	<b>54,08</b>	<b>54,48</b>	<b>235,48</b>	<b>1508,83</b>	

Ст. повар



Меню № 8-12 2023г.

Утверждаю  
Директор



Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 10</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** (завтрак)	40	0,24	0,08	1,68	7,96 71/1	4,37
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9 271	67,15
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	100	4,09	2,51	24,04	100 171	11,64
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9 377	4,59
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44 Н	2,97
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2 Н	1,95
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>510</b>	<b>24,62</b>	<b>21,63</b>	<b>83,23</b>	<b>574,4</b>	<b>92,67</b>
<b>ОБЕД</b>							
	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5 113	6
	Салат из квашеной капусты**	60	0,59	3,03	4,02	46,04 47	5,07
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213 249	63,2
	Пюре картофельное (обед)	150	2,78	4,38	17,85	122,38 312	17,47
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44 389	12,76
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44 Н	2,97
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8 Н	1,4
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47 338	12,57
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>870</b>	<b>25,36</b>	<b>27,00</b>	<b>113,45</b>	<b>736,6</b>	<b>121,45</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1795</b>	<b>58,68</b>	<b>57,27</b>	<b>257,57</b>	<b>1659,15</b>	

Ст. повар