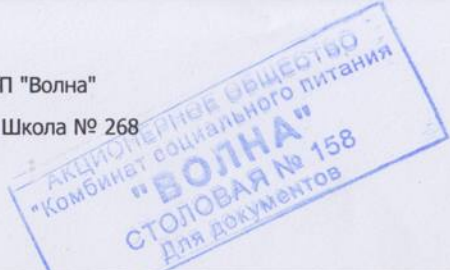


МЕНЮ

16.11.2020

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
							В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК - 61														
189/2008	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	179	5,60	6,40	44,80	0,10	1,00		0,60	14,00	146,00	29,00	2,00
3/2008	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	88	4,50	4,50	7,40	0,02		0,04	0,30	134,00	85,00	7,00	0,30
432/2008	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	107	1,50	1,30	22,40	0,02	1,00	0,01		61,00	45,00	7,00	1,00
/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13			0,38	13,75			0,50
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	44	0,40	0,40	9,80	0,03	1,00	0,03	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
Итого за ЗАВТРАК - 61 руб.			490	14,00	13,76	97,39	0,30	3,00	0,08	1,48	238,75	287,00	52,00	6,00
ОБЕД - 106														
52/2011	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	100	5,66	7,00	3,60	0,04	2,66	0,12	1,28	36,18	93,20	13,27	1,52
85/2008	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/5/5	73	3,66	5,04	4,00	0,02	9,70	0,17	0,16	39,60	36,40	15,20	0,60
254/2008	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	266	11,20	24,40	0,40	0,02			0,40	36,00	162,00	20,00	2,00
335/2008	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	141	3,10	5,40	20,30	0,02	5,00	0,04	0,20	67,20	123,95	29,00	0,61
399/2008	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	141	0,50	0,10	31,50	0,02	12,00		0,10				
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10				8,30	40,40		0,10
/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13			0,38	13,75			0,50
/	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ. 3,2% ЖИРНОСТИ	1/100	87	5,00	3,20	8,50	0,03	0,60	0,02		119,00	119,00	14,00	0,10
Итого за ОБЕД - 106 руб.			972	34,32	48,00	101,69	0,38	29,96	0,35	2,52	320,03	574,95	91,47	5,43
ОБЕД - 167														
43/2008	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	96	0,80	7,70	5,95	0,01	15,00	0,05	0,13	24,00	43,00	9,50	0,50
85/2008	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/5/5	173	4,66	4,90	14,00	0,02	9,70	0,17		138,00	127,20	23,60	1,50
254/2008	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	266	11,20	24,40	0,40	0,02			0,40	36,00	162,00	20,00	2,00
335/2008	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	169	3,70	6,48	34,40	0,17	6,30	0,05	0,24	56,40	135,60	24,80	1,32
411/2008	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	113	0,10	0,10	27,90	0,01	28,60		0,10	5,00	8,00	2,00	0,40
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10				8,30	40,40		0,10
/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	94	2,90	1,06	18,24	0,04				7,74	29,58	11,48	0,70
338/2008	МАНДАРИН	80	30	0,60		6,00		30,40		0,20	128,00	113,60	8,80	0,10
Итого за ОБЕД - 167 руб.			1 033	27,16	46,34	127,29	0,37	90,00	0,27	1,07	403,44	659,38	100,18	6,62



МЕНЮ

17.11.2020

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
							В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
ЗАВТРАК - 61															
2/2011	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/15	132	0,20	0,87	12,00	0,02	0,48	0,03	0,40	8,00	14,00	5,00	0,30	
215/2008	ОМЛЕТ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	324	17,30	20,02	27,52	0,09		0,37	4,50	270,00	321,25	23,75	0,75	
431/2008	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	62	0,30	0,10	15,20					10,80	7,20	5,40	0,70	
/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13			0,38	13,75			0,50	
Итого за ЗАВТРАК - 61 руб.			590	19,80	22,15	67,71	0,24	0,48	0,40	5,28	302,55	342,45	34,15	2,25	
ОБЕД - 106															
50/2008	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	110	4,80	6,06	9,12	0,02	4,20	0,02	2,88	28,80	33,60	16,80	1,14	
95/2008	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	142	1,50	3,40	8,90		0,40	0,20	0,14	15,20	140,00	18,10	0,90	
к/к317/2008	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ	80	169	12,69	9,60	27,80	0,07	2,50	0,26	0,34	142,72	196,00	19,00	0,06	
350/2008	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	119	3,50	6,70	11,50	0,08	11,00	0,25	0,39	44,00	44,00	26,00	1,10	
442/2008	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	92	1,00	0,20	19,17	0,02	4,00			14,00	14,00	8,00	2,80	
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10				8,30	40,40		0,10	
/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13			0,38	13,75			0,50	
Итого за ОБЕД - 106 руб.			796	28,69	28,82	109,88	0,42	22,10	0,73	4,13	266,77	468,00	87,90	6,60	
ОБЕД - 167															
48/2008	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	224	4,70	19,50	7,00	0,02	6,00	0,05	6,70	168,00	111,00	24,00	1,70	
95/2008	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	142	2,50	4,40	8,90		0,40	0,20	1,60	55,20	140,00	18,10	0,90	
317/2008	ЗРАЗЫ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ	100	212	15,80	12,00	34,75	0,17	3,10	0,30	1,40	178,40	245,00	23,70	0,07	
351/2008	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	143	4,20	8,04	13,80	0,57	9,00	0,80	0,70	44,00	84,00	24,00	1,00	
442/2008	СОК ВИШНЕВЫЙ	200	92	1,00	0,20	19,17		4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10				8,30	40,40		0,10	
/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	94	2,90	1,06	18,24	0,04				7,74	29,58	11,48	0,70	
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	44	0,40	0,40	9,80	0,03	1,00	0,03	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого за ОБЕД - 167 руб.			1 043	34,70	47,30	132,06	0,93	23,50	1,38	10,80	491,64	674,98	118,28	9,47	

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор