



МЕНЮ

25.12.2020

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК - 61														
2/2011	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ЧЕРНОСМОРОДИНОВЫМ	20/15	132	1,20	0,87	22,00	0,02	0,48	0,03	0,40	8,00	14,00	15,00	0,30
193/2008	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	264	7,10	9,50	47,20	0,05		0,08	1,00	176,00	351,00	29,10	0,47
434/2008	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	113	6,10	5,30	10,10	0,08	3,00	0,02		252,00	189,00	29,00	2,00
338/2008	МАНДАРИН	80	30	0,60		6,00		30,40		0,20	128,00	113,60	8,80	0,10
Итого за ЗАВТРАК - 61 руб.			539	15,00	15,67	85,30	0,15	33,88	0,13	1,60	564,00	667,60	71,90	2,87
ОБЕД - 106														
37/2011	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЬЯМИ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	120	0,80	8,80	4,30		1,80		0,09	17,30	21,20	3,10	0,20
94/2008	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	111	5,10	5,70	9,90	0,05	8,00	0,14	1,92	30,20	112,80	17,60	0,50
239/2008	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	159	12,30	7,30	17,10	0,03		0,08	1,17	57,83	296,50	63,00	0,80
333/2008	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	148	2,90	4,70	23,50	0,15	21,00	0,04	0,20	21,00	79,00	30,00	1,20
401/2008	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	200	116	0,50	0,10	28,10	0,03	25,00		0,10	16,00	26,00	8,00	0,60
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.			905	31,80	32,66	124,79	0,52	56,40	0,28	3,86	283,38	694,90	135,70	4,00
ОБЕД - 167														
40/2008	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	83	1,60	5,10	7,70	0,02	27,00	0,03	2,30	49,00	28,00	15,00	0,70
94/2008	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250	115	3,43	5,78	12,58	0,06	1,02	0,09	0,40	38,40	118,00	18,36	0,91
258/2011	МЯСО ДУХОВОЕ (СВИНИНА)	300	265	16,70	17,50	25,70	0,15	8,96	0,57	0,57	51,49	310,09	73,16	4,96
401/2008	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	200	116	0,50	0,10	28,10	0,03	25,00		0,10	16,00	26,00	8,00	0,60
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	50	144	4,00	2,33	25,99	0,25			0,75	27,50			1,00
/	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 - 167 руб.			902	34,43	35,71	128,97	0,64	62,58	0,71	4,12	309,69	641,49	128,52	8,37

Зам. директора _____

Зав. производством _____

Калькулятор _____

АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО
Комбинат социального питания
"ВОЛНА"
СТОЛОВАЯ № 158
Для документов



УТВЕРЖДАЮ:

МЕНЮ

24.12.2020

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
							B1	C	A	E	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	
212/2011	ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ	150	209	16,40	12,20	12,80	0,08		0,18	0,90	115,20	249,00	19,20	2,83	
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	
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.			519	19,30	14,73	62,79	0,26	1,48	0,24	1,88	163,75	281,20	38,60	6,53	
ОБЕД - 106															
56/2008	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	78	2,52	4,86	6,06	0,02	5,40	0,01	2,22	27,00	33,60	16,20	0,60	
99/2008	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	150	5,80	3,70	22,60	0,10	3,50	143,10	1,70	37,90	60,70	25,40	1,90	
308/350/2010	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ, СОУС МОЛОЧНЫЙ	75/50	248	10,20	16,70	10,50	0,05		0,05	2,90	190,00	200,00	18,33	1,67	
325/2008	РИС ОТВАРНОЙ	150	203	3,70	6,30	32,80	0,02		0,05	0,30	3,00	61,00	19,00	0,60	
442/2008	СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	92	1,00	0,20	19,17		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.			935	28,42	34,62	124,52	0,42	12,90	143,21	7,50	293,95	409,70	86,93	8,17	
ОБЕД - 167															
56/2008	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	130	4,20	8,10	10,10	0,03	9,00	0,02	3,70	45,00	56,00	27,00	1,00	
99/2008	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	250/10	150	7,80	3,70	12,80	0,10	5,50	0,27	0,50	97,90	120,70	35,40	2,90	
308/350/2010	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ, СОУС МОЛОЧНЫЙ	75/50	248	10,20	16,70	10,50	0,05		0,05	2,90	190,00	200,00	18,33	1,67	
325/2008	РИС ОТВАРНОЙ	180	203	3,70	6,30	32,80	0,02		0,05	0,08	13,00	161,00	39,00	0,60	
399/2008	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	141	0,50	0,10	31,50	0,02	12,00		0,10					
695/1996	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	134	4,00	1,50	16,40	0,10		0,10	0,50	9,00	33,60	5,40	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	
Итого за ОБЕД - 167 руб.			1 192	36,50	39,16	152,74	0,46	26,50	0,49	7,78	370,94	641,28	136,61	7,37	

Зам. директора

Сидорова

Зав. производством

Калькулятор

Сидорова