

*С.И.*



Меню  
Понедельник - 2 Старшие

10.06.24

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
200	Омлет натуральный Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,4 ккал	пор	
200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
150	Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
ИТОГО: 590 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 38,08 г, Жиры - 37,73 г, Углеводы - 53,49 г, Калорийность - 710,29 ккал		
<b>Стоимость</b>			

<b>Обед</b>			
100	Огурцы свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,7 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 1,9 г, Калорийность - 11 ккал	пор	
250	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне, Пищевая ценность: Белки - 5,39 г, Жиры - 5,93 г, Углеводы - 11,69 г, Калорийность - 121,01 ккал	пор	
130	Биточки мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 16,12 г, Жиры - 22,78 г, Углеводы - 16,26 г, Калорийность - 336,03 ккал	пор	
180	Пюре из бобовых с маслом Пищевая ценность: Белки - 20,74 г, Жиры - 5,07 г, Углеводы - 43,36 г, Калорийность - 302,15 ккал	пор	
180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал	пор	
ИТОГО: 920 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 49,63 г, Жиры - 35,52 г, Углеводы - 130,47 г, Калорийность - 1 042,38 ккал		
<b>Стоимость</b>			

<b>Полдник</b>			
150	Пирожок с яблоком Пищевая ценность: Белки - 12,02 г, Жиры - 16,13 г, Углеводы - 76,61 г, Калорийность - 500,34 ккал	пор	
200	Варенец Пищевая ценность: Белки - 6,4 г, Жиры - 5 г, Углеводы - 8 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
ИТОГО: 350 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 18,42 г, Жиры - 21,13 г, Углеводы - 84,61 г, Калорийность - 602,34 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>235,70</b>

ИТОГО: 1 860 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 106,12 г, Жиры - 94,37 г, Углеводы - 268,57 г, Калорийность - 2 355,01 ккал		
-----------------	---	--	--

Зам. директора по производству *Игорь Чернов* ((Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: \_\_\_\_\_ (/)

Рук. производственного отдела *Марина Яушкина* ((Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор *Валентина Родина* ((Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-86-11