

Утверждено:

Генеральный директор ООО "МКК"

Т. В. Фионов



Меню  
Четверг - 1 Младшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10	<b>Масло порционнo</b> Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
180	<b>Рожки отварные с сыром</b> Пищевая ценность: Белки - 13,69 г, Жиры - 11 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 338,75 ккал	пор	
200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
150	<b>Фрукты (апельсин)</b> Пищевая ценность: Белки - 1,35 г, Жиры - 0,3 г, Углеводы - 12,15 г, Калорийность - 64,5 ккал	пор	
ИТОГО: 590 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,12 г, Жиры - 19 г, Углеводы - 95,82 г, Калорийность - 640,24 ккал		
<b>Стоимость</b>			
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом</b> Пищевая ценность: Белки - 0,57 г, Жиры - 3,09 г, Углеводы - 4,45 г, Калорийность - 36,19 ккал	пор	
200	<b>Борщ из свежей капусты со сметаной</b> Пищевая ценность: Белки - 4,13 г, Жиры - 4,18 г, Углеводы - 10,95 г, Калорийность - 84,73 ккал	пор	
90	<b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 14,35 г, Жиры - 13,61 г, Углеводы - 12,5 г, Калорийность - 225,79 ккал	пор	
30	<b>Соус томатный</b> Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,7 г, Калорийность - 16,86 ккал	пор	
150	<b>Каша рисовая рассыпчатая</b> Пищевая ценность: Белки - 4,01 г, Жиры - 4,28 г, Углеводы - 33,07 г, Калорийность - 187,03 ккал	пор	
180	<b>Сок в ассортименте</b> Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,8 ккал	пор	
20	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47 ккал	пор	
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,5 ккал	пор	
ИТОГО: 780 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,29 г, Жиры - 27,93 г, Углеводы - 119,63 г, Калорийность - 818,9 ккал		
<b>Стоимость</b>			277,60
ИТОГО: 1 370 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 49,42 г, Жиры - 46,92 г, Углеводы - 215,44 г, Калорийность - 1 459,14 ккал		

Технолог:

  
\_\_\_\_\_

( Т. В. Гречишкина )

Зав. производством:

\_\_\_\_\_

( )

Утверждено:

Генеральный директор ООО "МКК"

Т. В. Фионов



Согласовано:

Директор



Меню

Четверг - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10	<b>Масло порционно</b> Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
180	<b>Рожки отварные с сыром</b> Пищевая ценность: Белки - 13,69 г, Жиры - 11 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 338,75 ккал	пор	
200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
150	<b>Фрукты (апельсин)</b> Пищевая ценность: Белки - 1,35 г, Жиры - 0,3 г, Углеводы - 12,15 г, Калорийность - 64,5 ккал	пор	
ИТОГО: 590 гр	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,12 г, Жиры - 19 г, Углеводы - 95,82 г, Калорийность - 640,24 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			

<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом</b> Пищевая ценность: Белки - 0,94 г, Жиры - 5,15 г, Углеводы - 7,41 г, Калорийность - 60,32 ккал	пор	
250	<b>Борщ из свежей капусты со сметаной</b> Пищевая ценность: Белки - 5,16 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 13,69 г, Калорийность - 105,92 ккал	пор	
100	<b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 15,81 г, Жиры - 14,55 г, Углеводы - 14,58 г, Калорийность - 246,86 ккал	пор	
30	<b>Соус томатный</b> Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,7 г, Калорийность - 16,86 ккал	пор	
180	<b>Каша рисовая рассыпчатая</b> Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,94 г, Калорийность - 226,97 ккал	пор	
180	<b>Сок в ассортименте</b> Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,8 ккал	пор	
20	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47 ккал	пор	
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,5 ккал	пор	
ИТОГО: 910 гр	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 34 г, Жиры - 32,98 г, Углеводы - 134,27 г, Калорийность - 925,23 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>277,60</b>

ИТОГО: 1 500 гр	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 53,12 г, Жиры - 51,98 г, Углеводы - 230,09 г, Калорийность - 1 565,47 ккал</b>		
-----------------	---	--	--

Технолог:

( Т. В. Гречишкина )

Зав. производством:

\_\_\_\_\_ ( )