

Утверждено:

Генеральный директор ООО "МКК"

Т. В. Фионов



Меню

Пятница - 1 Младшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
15	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 51,6 ккал	пор	
200	Каша геркулесовая Пищевая ценность: Белки - 5,42 г, Жиры - 4,96 г, Углеводы - 26,73 г, Калорийность - 173,71 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	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
150	Фрукты (апельсин) Пищевая ценность: Белки - 1,35 г, Жиры - 0,3 г, Углеводы - 12,15 г, Калорийность - 64,5 ккал	пор	
ИТОГО: 625 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 14,75 г, Жиры - 16,88 г, Углеводы - 76,65 г, Калорийность - 526,8 ккал		
Стоимость			
Обед			
60	Салат из сырых овощей Пищевая ценность: Белки - 0,68 г, Жиры - 4,08 г, Углеводы - 5,29 г, Калорийность - 61,17 ккал	пор	
200	Суп картофельный с клецками Пищевая ценность: Белки - 6,97 г, Жиры - 7,23 г, Углеводы - 22,47 г, Калорийность - 167,23 ккал	пор	
200	Рагу овощное из птицы Пищевая ценность: Белки - 19,29 г, Жиры - 6,8 г, Углеводы - 24,47 г, Калорийность - 213,09 ккал	пор	
180	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,5 ккал	пор	
150	Йогурт в стаканчиках Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 860 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 32,95 г, Жиры - 19,97 г, Углеводы - 98,38 г, Калорийность - 668,75 ккал		
Стоимость			277,60
ИТОГО: 1 485 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 47,7 г, Жиры - 36,85 г, Углеводы - 175,03 г, Калорийность - 1 195,55 ккал		

Технолог:

(Т. В. Гречишкина)

Зав.производством:

_____ ()

Утверждено:

Согласовано:

Генеральный директор ООО "МКК"

Директор

Т. В. Фионов



Меню
Пятница - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
15	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 51,6 ккал	пор	
250	Каша геркулесовая Пищевая ценность: Белки - 6,77 г, Жиры - 6,2 г, Углеводы - 33,46 г, Калорийность - 217,34 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	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
150	Фрукты (апельсин) Пищевая ценность: Белки - 1,35 г, Жиры - 0,3 г, Углеводы - 12,15 г, Калорийность - 64,5 ккал	пор	
ИТОГО: 675 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,1 г, Жиры - 18,12 г, Углеводы - 83,38 г, Калорийность - 570,43 ккал		
Стоимость			
Обед			
100	Салат из сырых овощей Пищевая ценность: Белки - 1,13 г, Жиры - 6,8 г, Углеводы - 8,81 г, Калорийность - 101,97 ккал	пор	
250	Суп картофельный с клецками Пищевая ценность: Белки - 8,03 г, Жиры - 9,01 г, Углеводы - 27,83 г, Калорийность - 206,34 ккал	пор	
250	Рагу овощное из птицы Пищевая ценность: Белки - 23,89 г, Жиры - 8,23 г, Углеводы - 29,98 г, Калорийность - 261,28 ккал	пор	
180	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,5 ккал	пор	
150	Йогурт в стаканчиках Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 1 000 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 39,06 г, Жиры - 25,9 г, Углеводы - 112,77 г, Калорийность - 796,86 ккал		
Стоимость			277,60
ИТОГО: 1 675 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 55,17 г, Жиры - 44,02 г, Углеводы - 196,15 г, Калорийность - 1 367,28 ккал		

Технолог:

(Т. В. Гречишкина)

Зав. производством:

()