

Утверждено:

Генеральный директор ООО МКК

Т. В. Фидинов



Согласовано:

Директор

Ермашова С. Н.



Меню

Суббота - 2 Младшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционнo 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	Суп молочный с рисом Пищевая ценность: Белки - 6,93 г, Жиры - 6,52 г, Углеводы - 20,56 г, Калорийность - 170,11 ккал	пор	
200	Чай с молоком и сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,3 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
100	Фрукт, 1 шт Пищевая ценность: Белки - 0,4 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 9,8 г, Калорийность - 47 ккал	пор	
ИТОГО: 575 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,76 г, Жиры - 19,79 г, Углеводы - 70,53 г, Калорийность - 532,69 ккал		
Стоимость			

Обед			
60	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом Пищевая ценность: Белки - 0,57 г, Жиры - 3,09 г, Углеводы - 4,45 г, Калорийность - 36,19 ккал	пор	
200	Щи из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,04 г, Жиры - 3,18 г, Углеводы - 9,13 г, Калорийность - 68,11 ккал	пор	
90	Рыба, тушенная с овощами Пищевая ценность: Белки - 13,04 г, Жиры - 13,28 г, Углеводы - 3,12 г, Калорийность - 151,34 ккал	пор	
150	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 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	
ИТОГО: 750 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 26,9 г, Жиры - 25,25 г, Углеводы - 86 г, Калорийность - 623,08 ккал		
Стоимость			277,60

ИТОГО: 1 325 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 43,66 г, Жиры - 45,04 г, Углеводы - 156,53 г, Калорийность - 1 155,78 ккал		
-----------------	--	--	--

Технолог:

(Т. В. Гречишкина)

Зав. производством:

_____ ()

Утверждено:

Генеральный директор ООО "МКК"

Т. В. Фионов



Согласовано:

Директор

Т. В. Фионов
Гимназия

Меню
Суббота - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционнo 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	Суп молочный с рисом Пищевая ценность: Белки - 8,67 г, Жиры - 8,15 г, Углеводы - 25,7 г, Калорийность - 212,63 ккал	пор	
200	Чай с молоком и сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,3 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
100	Фрукт, 1 шт Пищевая ценность: Белки - 0,4 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 9,8 г, Калорийность - 47 ккал	пор	
ИТОГО: 625 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 18,5 г, Жиры - 21,42 г, Углеводы - 75,67 г, Калорийность - 575,22 ккал		
Стоимость			

Обед			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом Пищевая ценность: Белки - 0,94 г, Жиры - 5,15 г, Углеводы - 7,41 г, Калорийность - 60,32 ккал	пор	
250	Щи из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 5,05 г, Жиры - 3,98 г, Углеводы - 11,41 г, Калорийность - 85,14 ккал	пор	
100	Рыба, тушенная с овощами Пищевая ценность: Белки - 15,08 г, Жиры - 14,6 г, Углеводы - 3,12 г, Калорийность - 167,54 ккал	пор	
180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 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	
ИТОГО: 880 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,98 г, Жиры - 30,34 г, Углеводы - 95,91 г, Калорийность - 709,96 ккал		
Стоимость			277,60

ИТОГО: 1 505 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 49,47 г, Жиры - 51,76 г, Углеводы - 171,58 г, Калорийность - 1 285,18 ккал
------------------------	---

Технолог:

Т. В. Фионов

(Т. В. Гречишкина)

Зав. производством:

()