

Утверждено:

Генеральный директор ООО "МКК"


Т. В. Фионов



Меню
Четверг - 1 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	
180	Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 13,69 г, Жиры - 11 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 338,75 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: 590 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,12 г, Жиры - 19 г, Углеводы - 95,82 г, Калорийность - 640,24 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	Борщ из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,13 г, Жиры - 4,18 г, Углеводы - 10,95 г, Калорийность - 84,73 ккал	пор	
90	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 14,35 г, Жиры - 13,61 г, Углеводы - 12,5 г, Калорийность - 225,79 ккал	пор	
30	Соус томатный Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,7 г, Калорийность - 16,86 ккал	пор	
150	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,01 г, Жиры - 4,28 г, Углеводы - 33,07 г, Калорийность - 187,03 ккал	пор	
180	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,8 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: 780 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,29 г, Жиры - 27,93 г, Углеводы - 119,63 г, Калорийность - 818,9 ккал		
Стоимость			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
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
180	Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 13,69 г, Жиры - 11 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 338,75 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: 590 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,12 г, Жиры - 19 г, Углеводы - 95,82 г, Калорийность - 640,24 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	Борщ из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 5,16 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 13,69 г, Калорийность - 105,92 ккал	пор	
100	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 15,81 г, Жиры - 14,55 г, Углеводы - 14,58 г, Калорийность - 246,86 ккал	пор	
30	Соус томатный Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,7 г, Калорийность - 16,86 ккал	пор	
180	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,94 г, Калорийность - 226,97 ккал	пор	
180	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,8 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: 910 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 34 г, Жиры - 32,98 г, Углеводы - 134,27 г, Калорийность - 925,23 ккал		
Стоимость			277,60

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

Технолог:

(Т. В. Гречишкина)

Зав. производством:

_____ ()