

Утверждено:

Генеральный директор ООО "МКК"

Т. В. Фионов



Согласовано:

Директор

Смирнова С. Н.

Меню

Вторник - 2 Младшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
15	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 51,6 ккал	пор	
200	Омлет с картофелем Пищевая ценность: Белки - 13,52 г, Жиры - 16,54 г, Углеводы - 17,11 г, Калорийность - 271,69 ккал	пор	
200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 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: 565 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 21,85 г, Жиры - 21,31 г, Углеводы - 64,68 г, Калорийность - 542,54 ккал		
Стоимость			

Обед			
60	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 0,85 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 7,54 г, Калорийность - 53,01 ккал	пор	
200	Суп картофельный с фасолью Пищевая ценность: Белки - 5,62 г, Жиры - 4,46 г, Углеводы - 13,4 г, Калорийность - 102,32 ккал	пор	
90	Цыпленок запеченный (голень) Пищевая ценность: Белки - 23,4 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 0,48 г, Калорийность - 225,35 ккал	пор	
150	Каша гречневая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 8,63 г, Жиры - 8,05 г, Углеводы - 38,93 г, Калорийность - 262,32 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: 750 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 45,27 г, Жиры - 31,23 г, Углеводы - 116,31 г, Калорийность - 911,3 ккал		
Стоимость			277,60

ИТОГО: 1 315 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 67,12 г, Жиры - 52,54 г, Углеводы - 180,98 г, Калорийность - 1 453,84 ккал		
-----------------	--	--	--

Технолог:



(Т. В. Гречишкина)

Зав. производством:

()

Утверждено:

Согласовано:

Генеральный директор ООО "МКК"

Директор

Т. В. Фионов



С. И. Гречишкина

Меню
Вторник - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
15	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 51,6 ккал	пор	
250	Омлет с картофелем Пищевая ценность: Белки - 16,9 г, Жиры - 20,68 г, Углеводы - 21,39 г, Калорийность - 339,61 ккал	пор	
200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 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: 615 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,23 г, Жиры - 25,45 г, Углеводы - 68,95 г, Калорийность - 610,46 ккал		
Стоимость			

Обед			
100	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,1 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 88,21 ккал	пор	
250	Суп картофельный с фасолью Пищевая ценность: Белки - 7,03 г, Жиры - 5,58 г, Углеводы - 16,75 г, Калорийность - 127,89 ккал	пор	
100	Цыпленок запеченный (голень) Пищевая ценность: Белки - 26 г, Жиры - 15,2 г, Углеводы - 0,54 г, Калорийность - 250,4 ккал	пор	
180	Каша гречневая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 10,41 г, Жиры - 9,96 г, Углеводы - 46,95 г, Калорийность - 318,66 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: 880 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 51,65 г, Жиры - 37,82 г, Углеводы - 134,68 г, Калорийность - 1 053,46 ккал		
Стоимость			277,60

ИТОГО: 1 495 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 76,88 г, Жиры - 63,27 г, Углеводы - 203,63 г, Калорийность - 1 663,92 ккал		
-----------------	--	--	--

Технолог:

(Т. В. Гречишкина)

Зав. производством:

()