



МЕНЮ
на 25 ноября 2021 г.

День: четверг

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Каша рисовая молочная жидкая 150 гр	268/2013	150	4,15	6,45	24,3	172,05	10,05
2	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	11,02
3	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	11,99
4	Апельсин	112/2013	1шт	1,8	0,4	16,2	86	40,20
5	Хлеб 15г							0,94
6	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	1,86
	Итого за Завтрак			15,93	16,25	82,48	548,45	76,06
2-й Завтрак								
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	13,40
2	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	11,02
3	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	11,99
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	20,95
5	Хлеб 20г	109/2013	20	1,32	0,24	6,68	34,8	1,25
6	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	1,39
	Итого за 2-й Завтрак			17,27	18,92	98,09	635,5	60,00
Обед								
1	Салат картофельный с огурцами солеными, 50 г	32/2009	50	0,8	2,63	6,34	51,44	5,82
2	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	15,40
3	Котлета Московская 70гр	270/2015	70	8,64	20,72	6,72	247,66	36,25
4	Капуста тушеная 150 гр	423/2013	150	5,55	5,4	5,85	94,5	16,31
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	1,66
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,62
	Итого за Обед			17,68	34,73	49,84	586,24	76,00
2-й Обед								
1	Салат картофельный с огурцами солеными, 60г	32/2009	60	0,96	3,15	7,6	61,73	6,98
2	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	15,40
3	Котлета Московская 70гр	270/2015	70	8,64	20,72	6,72	247,66	36,25
4	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	19,56
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	1,66
6	Хлеб 43г	109/2013	43	2,83	0,51	14,36	74,82	2,68
7	Батон 27	111/2013	27	2,03	0,79	13,87	70,74	2,51
	Итого за 2-й Обед			23,15	37,51	77,16	743,59	85,00
Полдник								
1	Молоко кипяченое 200г.	515/2013	200	5,8	5	9,6	106	13,25
2	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	11,62
	Итого за Полдник			6,39	5,03	21,58	156,55	24,87
Буфет								
1	Суп картофельный 250 г	97/2015	250	2,34	2,8	16,87	114	10,63
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,36
3	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	31,73
4	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	34,97
5	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	19,35
6	Макаронные отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	8,96
7	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	6,26
8	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	17,40
9	Ватрушка с колбасой вареной и сыром №68 100г		100					25,48
10	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	9,52
11	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	3,37
	Итого за Буфет							
	Итого за день							

Калькулятор ш

Заведующая производством _____