

(Чайковский 3-7)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

Завт. 3-7

200	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	кКал-201, Бел-6, Жир-5.3, Угл-30.7, С-0.4
180	Кофейный напиток	кКал-56.7, Бел-1.26, Жир-1.08, Угл-10.26, С-0.27
30	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6
10	Сыр полутвердый (порциями)	кКал-35.8, Бел-23.2, Жир-29.5, С-0.7

Итого за Завт. 3-7 кКал-410.5, Бел-34.26, Жир-36.28, Угл-65.56, С-1.37

2 Завт.3-7

150	Сок фруктовый	кКал-64.5, Бел-0.75, Жир-0.15, Угл-15.15, С-3
-----	----------------------	---

Итого за 2 Завт.3-7 кКал-64.5, Бел-0.75, Жир-0.15, Угл-15.15,

Обед 3-7

200	Суп картофельный с крупой	кКал-78.2, Бел-2.41, Жир-4.02, Угл-7.84, С-4.4
130	Макаронные изделия отварные	кКал-159.9, Бел-4.81, Жир-4.29, Угл-25.61
70	Фрикадельки в соусе(С).	кКал-15.88, Бел-0.63, Жир-0.01, Угл-3.11, С-5.8
180	Компот из свежих плодов и ягод	кКал-41.4, Бел-0.09, Жир-0.09, Угл-9.99, С-0.54
40	Хлеб ржаной	кКал-137.33, Бел-5.33, Жир-1, Угл-26.73

Итого за Обед 3-7 кКал-432.71, Бел-13.27, Жир-9.41, Угл-73.28, С-10.74

Полд.3-7

50	Печенье	кКал-207.5, Бел-3.75, Жир-4.9, Угл-37.2
200	Чай с молоком	кКал-64, Бел-1.6, Жир-1.3, Угл-11.5, С-0.3

Итого за Полд.3-7 кКал-271.5, Бел-5.35, Жир-6.2, Угл-48.7, С-

Ужин 3-7

170	Омлет натуральный(м/р)	кКал-147.33, Бел-7.93, Жир-12.04, Угл-1.98, С-0.28
200	Чай с сахаром	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3
60	Салат "Здоровье"	кКал-48, Бел-0.9, Жир-3.1, Угл-4.3, С-4.04
25	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

Итого за Ужин 3-7 кКал-350.33, Бел-12.83, Жир-15.64, Угл-40.18, С-4.32

Итого за день кКал-1 529.54, Бел-66.46, Жир-67.68, Угл-242.87, С-19.73

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано



[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

(Чайковский 1-3)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

Зав 1-3

150	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	кКал-150.75, Бел-4.5, Жир-3.98, Угл-23.03, С-0.3
180	Кофейный напиток	кКал-56.7, Бел-1.26, Жир-1.08, Угл-10.26, С-0.27
25	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6
8	Сыр полутвердый (порциями)	кКал-35.8, Бел-23.2, Жир-29.5, С-0.7

Итого за Зав 1-3

кКал-360.25, Бел-32.76, Жир-34.96, Угл-57.89, С-1.27

2 Зав 1-3

150	Сок фруктовый	кКал-64.5, Бел-0.75, Жир-0.15, Угл-15.15, С-3
-----	----------------------	---

Итого за 2 Зав 1-3

кКал-64.5, Бел-0.75, Жир-0.15, Угл-15.15,

Обед 1-3

150	Суп картофельный с крупой	кКал-58.65, Бел-1.81, Жир-3.02, Угл-5.88, С-3.3
110	Макаронные изделия отварные	кКал-135.3, Бел-4.07, Жир-3.63, Угл-21.67
50	Фрикадельки в соусе(С).	кКал-11.34, Бел-0.45, Жир-0.01, Угл-2.22, С-4.14
150	Компот из смеси сухофруктов.	кКал-63, Бел-0.45, Жир-0.08, Угл-15.08, С-0.15
30	Хлеб ржаной	кКал-103, Бел-4, Жир-0.75, Угл-20.05

Итого за Обед 1-3

кКал-371.29, Бел-10.78, Жир-7.49, Угл-

Полд. 1-3

50	Печенье	кКал-207.5, Бел-3.75, Жир-4.9, Угл-37.2
150	Чай с молоком	кКал-48, Бел-1.2, Жир-0.98, Угл-8.63, С-0.23

Итого за Полд. 1-3

кКал-255.5, Бел-4.95, Жир-5.88, Угл-45.83,

Ужин 1-3

150	Омлет натуральный(м/р)	кКал-130, Бел-7, Жир-10.62, Угл-1.75, С-0.25
50	Салат "Здоровье"	кКал-40, Бел-0.75, Жир-2.58, Угл-3.58, С-3.36
180	Чай с сахаром	кКал-34.2, Бел-0.18, Жир-0.09, Угл-8.37
25	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

Итого за Ужин 1-3

кКал-321.2, Бел-11.73, Жир-13.69, Угл-

Итого за день

кКал-1 372.74, Бел-60.97, Жир-62.17, Угл-222.07, С-15.7

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923265

Владелец Завалина Елена Павловна

Действителен с 29.01.2024 по 28.01.2025