

Чайковский 3-7, 1ср

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

Завт. 3-7

180	Суп молочный с макаронными изделиями	кКал-144.18, Бел-5.18, Жир-5.83, Угл-17.73, С-0.81
10	Масло сливочное	кКал-66, Бел-0.08, Жир-7.27, Угл-0.13
30	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6
180	Чай с сахаром	кКал-34.2, Бел-0.18, Жир-0.09, Угл-8.37

Итого за Завт. 3-7 кКал-361.38, Бел-9.24, Жир-13.59, Угл-50.83, С-0.81

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, С-3

Обед 3-7

180	Рассольник ленинградский	кКал-164.52, Бел-10.49, Жир-10.85, Угл-6.25, С-3.64
130	Каша рисовая рассыпчатая	кКал-176, Бел-3.1, Жир-4.06, Угл-31.76
70	Запеканка из печени	кКал-193, Бел-19.5, Жир-9.4, Угл-7.6, С-4
180	Компот из смеси сухофруктов	кКал-75.6, Бел-0.54, Жир-0.09, Угл-18.09, С-0.18
50	Хлеб ржаной	кКал-103, Бел-4, Жир-0.75, Угл-20.05

Итого за Обед 3-7 кКал-712.12, Бел-37.63, Жир-25.15, Угл-83.75, С-7.82

Полд.3-7

200	Снежок	кКал-83, Бел-2.6, Жир-3.2, Угл-11
50	Батон	кКал-130.5, Бел-3.75, Жир-1.45, Угл-25.7

Итого за Полд.3-7 кКал-213.5, Бел-6.35, Жир-4.65, Угл-36.7

Ужин 3-7

220	Рагу из овощей и мяса	кКал-254.32, Бел-14.96, Жир-14.96, Угл-14.96, С-6.34
200	Чай с сахаром	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3
30	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

Итого за Ужин 3-7 кКал-409.32, Бел-18.96, Жир-15.46, Угл-48.86, С-6.34

Итого за день кКал-1 760.82, Бел-72.93, Жир-59, Угл-235.29, С-17.97

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано



[Handwritten signature]

Чайковский 1-3, 1ср

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

Зав 1-3

150	Суп молочный с макаронными изделиями	кКал-120.15, Бел-4.32, Жир-4.86, Угл-14.78, С-0.68
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
5	Масло сливочное (порциями)	кКал-33.05, Бел-0.04, Жир-3.63, Угл-0.07

Итого за Зав 1-3 кКал-304.4, Бел-8.34, Жир-8.98, Угл-47.82, С-3
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, С-3
Обед 1-3

150	Рассольник ленинградский	кКал-137.1, Бел-8.74, Жир-9.05, Угл-5.21, С-3.03
110	Каша рисовая рассыпчатая	кКал-148.92, Бел-2.62, Жир-3.44, Угл-26.88
50	Запеканка из печени	кКал-193, Бел-19.5, Жир-9.4, Угл-7.6, С-4
180	Компот из смеси сухофруктов	кКал-75.6, Бел-0.54, Жир-0.09, Угл-18.09, С-0.18
40	Хлеб ржаной	кКал-137.33, Бел-5.33, Жир-1, Угл-26.73

Итого за Обед 1-3 кКал-691.95, Бел-36.73, Жир-22.98, Угл-84.51, С-7.21

Полд. 1-3

150	Снежок	кКал-124.5, Бел-3.9, Жир-4.8, Угл-16.5
50	Батон	кКал-130.5, Бел-3.75, Жир-1.45, Угл-25.7

Итого за Полд. 1-3 кКал-255, Бел-7.65, Жир-6.25, Угл-42.2

Ужин 1-3

200	Рагу из овощей и мяса	кКал-231.2, Бел-13.6, Жир-13.6, Угл-13.6, С-5.76
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-382.4, Бел-17.58, Жир-14.09, Угл-46.57, С-5.76

Итого за день кКал-1 698.25, Бел-71.05, Жир-52.45, Угл-236.25, С-16.65

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано



Handwritten signature

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923265

Владелец Завалина Елена Павловна

Действителен с 29.01.2024 по 28.01.2025