

1 день Меню на 01 сентября 2021 г.

№ 27

№ рецепту	Наименование блюда	Выход	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
	<i>Завтрак</i>					
42	Сыр	15	73	4,6	5,9	0
произв	Йогурт в индивидуальной упаковке 1/100гр	1шт	88	3	3,5	11,3
384	Каша молочная рисовая с маслом	180/5	228	6,2	8,5	31,6
960/3	Какао с молоком	200	151	3,9	3,8	26,1
	Батон	40	186	6,4	0,8	39,2
	<i>Итого:</i>					
	<i>Обед</i>					
	Фрукт свежий	1шт	126	1,9	0,7	26,4
206/3	Суп картофельный с горохом и курицей	250/5	170	9,4	4,1	18,3
293	Курица запеченая	80	245	19,1	8,4	8,9
413/688	Макароньы отварные с маслом	180/5	221	6,6	5,35	34
859	Компот из свежих плодов	200	71	0,6	0,6	14,7
	Хлеб <i>Зольевич</i>	80	99	3,3	0,6	19,8
	<i>Итого:</i>					
	<i>Всего:</i>					
		123	1532	63,1	41,55	203,9

Директор:
Зав производством:

2 день Меню на 02 сентября 2021 г.

№ 27

№ рецепту	Наименование блюда	Выход	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
	<i>Завтрак</i>					
	Фрукт свежий	1шт	126	1,9	0,7	26,4
438	Омлет натуральный с маслом	100	301	15,1	25,4	2,9
516	Макароньы отварные с маслом	100/5	228	19,6	13,8	10,8
958	Кофейный напиток	200	133	2,3	1,6	27
	Батон	40	186	6,4	0,8	39,2
	<i>Итого:</i>					
	<i>Обед</i>					
187/3	Щи из свежей капусты с мясом	250/5	170	9,4	4,1	18,3
608/2/3	Котлета из говядины	70	228	19,6	13,8	10,8
714	Рагу из овощей	180	161	3,8	5,8	14,6
производс	Нектар фруктовый	200	90	0	0	22,4
	Хлеб	80	99	3,3	0,6	19,8
	<i>Итого:</i>					
	<i>Всего:</i>					
		123	1722	81,4	66,8	192,2

Зав производством:
Директор:

3 день Меню на 03 сентября 2021 г.

№ 27

№ рецепту	Наименование блюда	Выход	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
	<i>Завтрак</i>					
41	Масло сливочное	15	187,8	1,5	7,5	34,5
произв	КМП Йогурт в индивидуальной упаковке 1/100гр	1шт	88	3	3,5	11,3
384	Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	228	6,2	8,5	31,6
942/3	Чай с сахаром	200	57	0	0	15
	Батон	40	186	6,4	0,8	39,2
	<i>Итого:</i>					
	<i>Обед</i>					
170	Борщ из свежей капусты с мясом	250/5	198	6	9	23
582	Печень по-строгановски	60/50	148	3,6	7,4	15,2
679	Каша гречневая рассыпчатая	180	126	0	0	30
58	Овощи свежие / консервированные	30	6	0,3	0	1,2
868	Компот из сухофруктов	200	126	1	0,1	30,2
	Хлеб	80	99	3,3	0,6	19,8
	<i>Итого:</i>					
	<i>Всего:</i>					
		123	1449,8	31,3	37,4	251

Зав. Производством:

Директор:

4 день Меню на 2021 г. № 27

№ рецепту	Наименование блюда	Выход	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>						
424	Яйцо вареное	1шт	62,8	5,8	4,6	0,2
469	Запеканка из творога с сгущенным молоком	180/15	550	42,8	19	46,2
960/3	Какао с молоком	200	151	3,9	3,8	26,1
	Батон	40	186	6,4	0,8	39,2
	<i>Итого:</i>		764,4	35	33,2	80
<i>Обед</i>						
208/3	Суп картофельный с вермишелью и курицей	250/5	174	6,9	5	19,6
486	Котлета из рыбы	80	222	25,1	11,8	3,6
679	Рис отварной с маслом	180/5	213	3,8	10,4	23,1
производс	Нектар фруктовый	200	90	0	0	22,4
58	Овощи свежие / консервированные	40	6	0,3	0	1,2
	Хлеб	80	99	3,3	0,6	19,8
	<i>Итого:</i>		1024	32	28	162
	<i>Всего:</i>	123	1788,4	67	61,2	242

Директор:
Зав производством:

5 день Меню на 2021 г. № 27

№ рецепту	Наименование блюда	Выход	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>						
производ	Кондит изд в инд упаковке (вафли в шоколаде)40гр	1шт	168	2,5	1,5	39
производ	Молоко в индивидуальной упаковке 0,2л	1шт	385	31,7	12,6	32,2
384	Каша манная с маслом	180/5	228	6,2	8,5	31,6
942/3	Чай с сахаром и лимоном	200	130	0	0	32
	Батон	40	186	6,4	0,8	39,2
	<i>Итого:</i>		1097	46,8	23,4	174
<i>Обед</i>						
производ	Йогурт в инд упаковке 1/100гр	1шт	88	3	3,5	11,3
202/3	Суп из овощей с мясом	250/5	204	8	11	15
590	Жаркое по домашнему	30/170	435	30	31	7,2
868	Компот из сухофруктов	200	126	1	0,1	30,2
	Хлеб	80	99	3,3	0,6	19,8
	<i>Итого:</i>		864	42,3	42,7	72,2
	<i>Всего:</i>	123	1961	89,1	66,1	246,2

Зав производством:
Директор:



6 день Меню на 06 сентября 2021 г. № 27

№ рецепту	Наименование блюда	Выход	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>						
42	Сыр	15	73	4,6	5,9	0
произв	Фрукт свежий	1шт	126	1,9	0,7	26,4
384	Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	205,2	5,58	7,65	28,4
960/3	Какао с молоком	200	151	3,9	3,8	26,1
	Батон	40	186	6,4	0,8	39,2
	<i>Итого:</i>		741,2	22,38	18,85	120,1
<i>Обед</i>						
206/3	Суп картофельный с горохом и курицей	250/5	170	9,4	4,1	18,3
645	Плов с курицей	20/180	408	18,8	13,3	41,5
производс	Нектар фруктовый	200	90	0	0	22,4
производс	Молоко в инд упаковке 0,2л	1шт	385	31,7	12,6	32,2
	Хлеб	80	99	3,3	0,6	19,8
	<i>Итого:</i>		1152	63,2	30,6	134,2
	<i>Всего:</i>	123	1893,2	85,58	49,45	254,3

Директор
Зав производством:

7 день Меню на 07 сентября 2021 г. № 27

№ рецепту	Наименование блюда	Выход	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>						
41	Масло сливочное	15	187,8	1,5	7,5	34,5
591	Гуляш из говядины	35/40	194	15,7	12,1	8,8
679	Каша гречневая рассыпчатая	180	126	0	0	30
942/3	Чай с сахаром и лимоном	200	130	0	0	32
	Батон	40	186	6,4	0,8	39,2
	<i>Итого:</i>		823,8	23,6	20,4	144,5
<i>Обед:</i>						
производ	Йогурт в инд упаковке 100гр	1шт	88	3	3,5	11,3
187/3	Щи из свежей капусты с мясом	250/5	170	9,4	4,1	18,3
511	Шницель рыбный натуральный	80	222	25,1	11,8	3,6
694	Картофельное пюре с маслом	180/5	212	4,7	10,8	24
859	Компот из свежих плодов	200	71	0,6	0,3	14,7
	Хлеб	80	99	3,3	0,6	19,8
	<i>Итого:</i>		774	43,1	27,9	80,4
	<i>Всего:</i>	123	1597,8	66,7	48,3	224,9

Зав производством:
Директор:

8 день Меню на 08 сентября 2021 г. № 27

№ рецепту	Наименование блюда	Выход	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>						
424	Яйцо вареное	1шт	62,8	5,8	4,6	0,2
469	Запеканка из творога с сгущенным молоком	180/15	550	42,8	19	46,2
868	Компот из сухофруктов	200	126	1	0,1	30,2
	Батон	40	186	6,4	0,8	39,2
	<i>Итого:</i>		862	50,2	19,9	115,6
<i>Обед:</i>						
129	Рассольник Ленинградский с мясом	250/5	229	5	9	26
582	Печень по-строгановски	60/50	148	3,6	7,4	15,2
413/688	Макароны отварные	180	221	6,6	5,35	34
производ	Нектар фруктовый	200	90	0	0	22,4
	Хлеб	80	99	3,3	0,6	19,8
	<i>Итого:</i>		787	18,5	22,35	117,4
	<i>Всего:</i>	123	1649	68,7	42,25	233

Зав производством:

Директор

9 день Меню на 09 сентября 2021 г.

№ 27

№ рецепту	Наименование блюда	Выход	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>						
424	Яйцо вареное	1шт	62,8	5,8	4,6	0,2
384	Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	205,2	5,58	7,65	28,4
966	КМП (йогурт)	1шт	176	6	7	22,6
942/3	Чай с сахаром	200	130	0	0	32
	Батон	40	186	6,4	0,8	39,2
	<i>Итого:</i>		697,2	17,98	15,45	122,2
<i>Обед:</i>						
произв	Фрукт свежий	1шт	126	1,9	0,7	26,4
170	Борщ из свежей капусты с мясом	250/5	198	6	9	23
618	Тефтели с соусом	50/50	391,3	20	22	59
679	Каша гречневая рассыпчатая	180	126	18,5	26	22,2
1009/11	Компот из ягод	200	92	1	0	20
	Хлеб	80	99	3,3	0,6	19,8
	<i>Итого:</i>		906,3	48,8	57,6	144
	<i>Всего:</i>	123	1603,5	66,78	73,05	266,2

Директор:
Зав производством:

10 день Меню на 10 сентября 2021 г.

№ 27

№ рецепту	Наименование блюда	Выход	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>						
41	Масло сливочное	15	187,8	1,5	7,5	34,5
42	Сыр	15	73	4,6	5,9	0
384	Каша манная с маслом	180/5	205,2	5,58	7,65	28,4
868	Компот из сухофруктов	200	126	1	0,1	30,2
	Батон	40	186	6,4	0,8	39,2
	<i>Итого:</i>		778	19,08	21,95	132,3
<i>Обед:</i>						
произв	Конд изд в инд упаковке	1шт	168	2,5	1,5	39
58	Овощи свежие / консервированные	30	6	0,3	0	1,2
208/3	Суп картофельный с вермишелью и курицей	250/5	174	6,9	5	19,6
642	Рагу с курицей	30/170	250	4,4	6,5	34,1
производс	Нектар фруктовый	200	90	0	0	22,4
	Хлеб	80	99	3,3	0,6	19,8
	<i>Итого:</i>		619	14,9	12,1	97,1
	<i>Всего:</i>	123	1397	33,98	34,05	229,4
	Итого завтрак за 10 дней		8210,4	301,54	238,45	1234,8
	Итого обед за 10 дней		8383,3	371,18	281,7	1108,3
	Итого 10 дней		16593,7	672,72	520,15	2343,1

Зав производством:
Директор: