



МЕНЮ

20.05.2021

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
							В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК - 63														
190/2008	КАША "ДРУЖБА"(ИЗ ПШЕНА И РИСА,МОЛОЧНАЯ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	206	4,70	11,60	20,60	0,08	1,50	0,09	0,20	237,00	230,00	25,50	
5/2008	БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ	20/15	115	5,20	4,70	13,00	0,10	0,20		0,10	7,10	43,70	8,00	0,70
431/2008	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	62	0,30	0,10	15,20					10,80	7,20	5,40	0,70
к/к/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13			0,38	13,75			0,50
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	44	0,40	0,40	9,80	0,03	1,00	0,03	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
Итого за ЗАВТРАК - 63 руб.			499	12,60	17,96	71,59	0,34	2,70	0,12	0,88	284,65	291,90	47,90	4,10
ОБЕД - 110														
52/209/2011	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, С ЯЙЦОМ ВАРЕНЫМ	60/20	100	5,66	7,00	3,60	0,03	2,66	0,10	1,28	36,18	93,25	13,27	1,52
91/2008	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	102	2,33	4,15	13,62	0,07	6,42	0,17	0,18	24,40	61,45	20,82	0,80
272/2008	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	230	12,00	12,32	10,08	0,06			2,88	196,00	240,00	19,20	1,60
350/2008	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	119	3,50	6,70	11,50	0,08	11,00	0,25	0,39	44,00	44,00	26,00	1,10
411/2008	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	113	0,10	0,10	27,90	0,01	28,60		0,10	5,00	8,00	2,00	0,40
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10				8,30	40,40		0,10
к/к/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13			0,38	13,75			0,50
Итого за ОБЕД - 110 руб.			828	28,79	33,13	100,09	0,48	48,68	0,52	5,21	327,63	487,10	81,29	6,02
ОБЕД - 173														
52/2011	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	93	1,40	6,00	8,26	0,02	3,65		1,82	35,40	40,63	20,69	1,32
91/2008	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	127	2,89	5,16	16,94	0,09	7,62	0,21	0,21	29,40	76,10	26,02	1,01
272/2008	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	289	16,10	14,60	24,80	0,08			3,60	120,00	150,00	24,00	2,00
350/2008	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	143	4,08	8,04	13,80	0,70	13,20	0,91	0,48	52,80	105,60	31,20	1,32
411/2008	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	113	0,10	0,10	27,90	0,01	28,60		0,10	5,00	8,00	2,00	0,40
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10				8,30	40,40		0,10
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	115	3,20	1,85	20,78	0,13			0,75	2 705,00			0,80
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	44	0,40	0,40	9,80	0,03	1,00	0,03	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
Итого за ОБЕД - 173 руб.			1 016	31,37	37,85	142,68	1,16	54,07	1,15	7,16	2 971,9	431,73	112,91	9,15

Зам. директора 

Зав. производством 

Калькулятор 