



С.В. Матюшенко  
06 октября 2023 г.

Меню  
10 день

7-11

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	Цена
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		
1.	гречка отварная	150	7,46	5,61	35,84	230,5	14,89
2.	шницель	100	15,55	11,55	15,07	228,75	40,47
3.	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	3,00
4.	чай с лимоном	200	0,148	0,005	14,33	51,44	6,67
5.	горошек зеленый консервированный	60	3,6	0,1	9,8	55	17,22
<b>ИТОГО</b>		<b>625</b>	<b>23</b>	<b>27,63</b>	<b>91,93</b>	<b>706</b>	<b>82,25</b>

12-18

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	Цена
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.		
1.	гречка отварная	180	7,46	5,61	35,84	230,5	16,89
2.	шницель	100	15,55	11,55	15,07	228,75	40,47
3.	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	3,00
4.	чай с сахаром	200	0,148	0,005	14,33	51,44	4,67
5.	горошек зеленый консервированный	60	3,6	0,1	9,8	55	17,22
<b>ИТОГО</b>		<b>625</b>	<b>23</b>	<b>27,63</b>	<b>91,93</b>	<b>706</b>	<b>82,25</b>

Зав. столовой

Н.Г. Медведева



С.В. Матюшенко  
06 октября 2023 г.

Меню ОБЗ

10 день

прием пищи	наименование блюда	выход (г)	пищевые вещества			энергет. ценность	ЦЕНА
			белки (г)	жиры(г)	углеводы(г)		
1	2	3	4	5	6	7	9
завтрак	вареники с картофелем	220					20,33
	кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,6	9,67
обед	икра овощная	100	1,2	4,71	7,71	78	14,77
	суп картофельный с макаронными изделиями на к/б	250	2,69	2,84	17,14	104,75	18,03
	картофельное пюре	180	3,67	5,76	24,53	164,7	16,89
	рыба припущенная	100	17,54	2,38	0,31	92,5	21,11
	компот фруктовый	200	0,2	0,2	22,3	110	6,00
	хлеб пшеничный 1 сорт	25	2,41	0,25	14,2	71,5	2,67
	хлеб ржаной	25	2,81	0,52	13,35	70,2	2,78
<b>итого:</b>			<b>33,69</b>	<b>19,34</b>	<b>115,49</b>	<b>792,25</b>	<b>112,25</b>

Зав. столовой

Н.Г. Медведева