



На 16 октября 2023 г.

№п/п	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Сыр порционнно	15гр.		40,50	3,48	4,43	
2	Каша манная молочная	150/5 гр.		108,00	2,40	3,82	16,10
3	Кофейный напиток с молоком	200 гр.		101,00	3,17	2,68	15,96
4	Батон	1/40 гр.		113,33	3,68	0,37	23,20
	Всего в завтрак	410гр.		362,83	12,73	11,30	55,26
<b>10:30</b>							
1	Сок	100 гр.		43,30	0,50	0,10	10,10
	Всего во 2 завтрак	100 гр.		406,13	13,23	11,40	65,36
<b>ОБЕД</b>							
1	Икра кабачковая	50гр.		35,00	0,45	2,35	2,96
2	Рассольник с зеленью, сметаной	180/10/3гр.		82,46	1,50	3,69	10,71
3	Суфле куриное	70гр.		166,25	11,56	12,42	2,14
4	Макаронные изделия отварные	130/5гр.		179,47	4,82	7,55	22,99
5	Компот из сухофруктов	180 гр.		101,70	0,39	0,02	24,99
6	Хлеб пшеничный	1/20гр.		47,14	1,58	0,20	9,66
7	Хлеб ржаной	1/20 гр.		34,67	1,32	0,24	6,68
	Всего в обед	668гр.		646,69	21,62	26,47	80,13
<b>ПОЛДНИК</b>							
1	Булочка домашняя	70 гр.		250,60	5,09	8,76	37,74
2	Кисломолочный продукт (кефир)	180 гр.		90,00	5,22	4,50	7,20
	Всего в полдник	250 гр.		340,60	10,31	13,26	44,94
<b>УЖИН</b>							
1	Яйца вареные	40 гр.		62,99	5,07	4,59	0,27
2	Запеканка рисовая с творогом со сгущ.молок.	150/20 гр.		247,52	4,96	5,26	45,01
3	Чай с сахаром,лимоном	200/10 гр.		46,00	0,13	0,02	11,33
4	Хлеб пшеничный	1/40 гр.		94,28	3,16	0,40	19,31
	Всего в ужин	460 гр.		450,79	13,32	10,27	75,92
	Всего в день			1844,21	58,48	61,40	266,35
	<b>ИТОГО</b>			179,00			

Зав. Производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_