

МЕНЮ

13.04.2021

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ



Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
ЗАВТРАК - 63														
2/2011	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/15	132	0,20	0,87	12,00	0,02	0,48	0,03	0,40	8,00	14,00	5,00	0,30
215/2008	ОМЛЕТ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	324	17,30	20,02	27,52	0,09		0,37	4,50	270,00	321,25	23,75	0,75
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
Итого за ЗАВТРАК - 63 руб.			590	19,80	22,15	67,71	0,24	0,48	0,40	5,28	302,55	342,45	34,15	2,25
ОБЕД - 110														
37/2011	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	60	67	0,80	4,76	5,10	0,03			1,40	14,80	23,50	11,60	0,40
94/2008	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	111	5,10	5,70	9,90	0,05	8,00	0,14	1,92	30,20	112,80	17,60	0,50
239/2008	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	159	12,30	7,30	17,10	0,03		0,08	1,17	57,83	296,50	63,00	0,80
333/2008	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	148	2,90	4,70	23,50	0,15	21,00	0,04	0,20	21,00	79,00	30,00	1,20
401/2008	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	200	116	0,50	0,10	28,10	0,03	25,00		0,10	16,00	26,00	8,00	0,60
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.			765	26,80	25,42	117,09	0,52	54,00	0,26	5,17	161,88	578,20	130,20	4,10
ОБЕД - 173														
40/2008	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ)	100	83	1,60	5,10	7,70	0,02	27,00	0,03	2,30	49,00	28,00	15,00	0,70
94/2008	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ	250	115	3,43	5,78	12,58	0,06	1,02	0,09	0,40	38,40	118,00	18,36	0,91
258/2011	МЯСО ДУХОВОЕ (СВИНИНА)	300	265	16,70	17,50	25,70	0,15	8,96	0,57	0,57	51,49	310,09	73,16	4,96
401/2008	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	200	116	0,50	0,10	28,10	0,03	25,00		0,10	16,00	26,00	8,00	0,60
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	50	144	4,00	2,33	25,99	0,25			0,75	27,50			1,00
к/к/	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ. 3,2% ЖИРНОСТИ	1/100	87	5,00	3,20	8,50	0,03	0,60	0,02		119,00	119,00	14,00	0,10
Итого за ОБЕД - 173 руб.			902	34,43	35,71	128,97	0,64	62,58	0,71	4,12	309,69	641,49	128,52	8,37

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор