



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Аллабердин Ф.А

меню

16

12

2024

№	Наименование блюд	Вы- ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Ккал
---	-------------------	------------------	-------------	------------	---------------------	------

1 день

Завтрак

1.5	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами, № 1.5 сб. 2021	30	2,37	0,3	15,48	73,65
1.3	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,75
183	Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2021	180	10,32	6,63	54,02	303,3
248	Соус томатный №248, сб. 2021	30	0,32	1,4	1,97	21,61
300	Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,02	9,14	35,11
пром.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,6	86,48

Итого за 'Завтрак'

14,13

16,8

101,3

594,9

Обед

41	Салат "Студенческий" №41, сб.2021	60	2,13	6,29	5,48	85,32
70	Свекольник №70 сб.2021	200	1,97	3,93	14,18	95,42
146	Картофельное пюре № 146, сб. 2021	150	3,05	4,81	21,68	141
136	Котлеты рубленные из птицы №136, сб. 2021 с томатным соусом	60/30	9,31	14,55	11,91	215,4
310	Компот из смеси сухофруктов №310, сб.2021	200	0,53	0,06	32,22	122,9
1.5	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами, № 1.5 сб. 2021	40	3,16	0,4	20,64	98,2
1.6	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами	30	1,98	0,36	12,51	58,01

Итого за 'Обед'

21,76

30,4

108,3

777,8

Итого за день

35,9

47,19

209,6

1373

ПОВАР

61

БЕЛИЧЕНКО М.В