

УТВЕРЖДАЮ:  Колмакова О.М.

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021 год.

Согласовано Вяткина А.А.

МЕНЮ В ЗАЛ НА « 16 » января 2023 г.

Наименование блюда	Химический состав						Цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>							
311 Каша гречневая жидкая с маслом	200	9	10	33	260	21,00	
501 Кофейный напиток	200	3	3	16	101	10,70	
Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0	8	35	1,30	
2 Бутерброд с джемом	40	5	2	26	116	5,10	
<b>ИТОГО:</b>		<b>18</b>	<b>15</b>	<b>83</b>	<b>512</b>	<b>38,10</b>	
2 завтрак : Йогурт в ассортименте	115	5	2	6	55	25,00	
<b>Обед</b>							
101 Помидор консервированный	80	1	0	3	17	13,50	
138 Суп с крупой, с курицей	265	6	9	16	165	20,00	
451 Котлеты из мяса говядины	90	11	11	14	203	44,30	
225 Овощи тушеные	150	1	9	14	143	20,20	
505 Кисель	200	0	0	22	89	5,10	
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	1	0	18	77	2,80	
Хлеб ржаной	30	1	0	11	51	1,80	
<b>ИТОГО</b>		<b>21</b>	<b>29</b>	<b>98</b>	<b>668</b>	<b>107,70</b>	

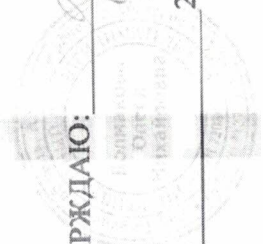
Повар — бригадир \_\_\_\_\_

Колмакова О.М.

УТВЕРЖДАЮ:



« » 2021 год.



Согласовано Вяткина А.А.

МЕНЮ В ЗАЛ НА « 13 » января 2023 г.

Наименование блюда	Химический состав						Цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>							
264 Каша пшеничная жидкая	200	8	6	21	169	17,60	
686 Чай с лимоном	200	0	0	14	54	2,50	
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0	0	9	38	1,40	
Хлеб ржаной	20	0	0	8	34	1,30	
3 Бутерброд с сыром	45	6	4	15	122	15,00	
<b>ИТОГО:</b>		<b>14</b>	<b>10</b>	<b>67</b>	<b>417</b>	<b>37,80</b>	
2 завтрак: фрукт							
<b>Обед</b>							
2 Салат витаминный	80	1	4	5	58	6,70	
129 Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	265	5	6	14	134	28,50	
310 рыба запеченная	90	13	11	3	158	32,30	
512 Рис припущенный	150	3	4	25	148	10,60	
518 Сок в ассортименте	200	1	0	34	138	25,00	
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	1	0	18	77	2,80	
Хлеб ржаной	30	1	0	11	51	1,80	
<b>ИТОГО</b>		<b>25</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>764</b>	<b>107,70</b>	

УТВЕРЖДАЮ:  Колмакова О.М.

«    »    2021 год.

Согласовано Вяткина А.А.

МЕНЮ В ЗАЛ НА « 12 » января 2023г.

Наименование блюда	Химический состав						Цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>							
340 Омлет натуральный	200	28	21	2	285	42,10	
495 Чай с молоком	200	3	3	16	97	7,80	
Хлеб ржаной витаминизированный	20	0	0	8	34	1,30	
1 Бутерброд с маслом	30	2	7	10	111	10,50	
<b>ИТОГО:</b>		<b>33</b>	<b>31</b>	<b>36</b>	<b>527</b>	<b>61,70</b>	
2 завтрак :Фрукт яблоко	130	0	0	14	58	17,00	
<b>Обед</b>							
21 Салат из отварной моркови с огурцом	80	1	4	3	53	10,00	
142 Щи из капусты с картофелем с мясом со сметаной	265	4	6	8	102	19,30	
494 Курица запеченная	90	14	13	0	172	51,60	
150 Гречка вязкая отварная	150	4	5	24	160	15,60	
513 Компот из свежих яблок	200	0	0	17	68	4,50	
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	1	1	26	116	4,20	
Хлеб ржаной	40	1	1	15	69	2,50	
<b>ИТОГО</b>		<b>25</b>	<b>30</b>	<b>82</b>	<b>740</b>	<b>107,70</b>	

Согласовано Вяткина А.А.

УТВЕРЖДАЮ: Колмакова О.М.

«    »    2021 год.

МЕНЮ В ЗАЛ НА « 11 » января 2023 г.

Наименование блюда	Химический состав						Цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
<b>ЗАВТРАК:</b>							
164 Суп молочный с крупой	250	6	8	24	186	15,00	
685 Чай с сахаром	200	0	0	13	51	1,70	
570 Сдоба обыкновенная	80	8	2	51	254	17,00	
96 Масло сливочное(порциями)	10	0	7	0	67	9,00	
<b>ИТОГО:</b>		14	17	88	558	<b>42,70</b>	
2 завтрак фрукты							
<b>Обед</b>							
58 Салат из свеклы с зеленым горошком	80	2	4	11	89	10,20	
181 Уха рыбацкая	300	6	6	10	144	22,40	
54-9м Мясо тушеное с картофелем	250	13	14	35	318	45,50	
518 Сок в ассортименте	200	0	0	22	89	25,00	
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	1	0	18	77	2,80	
Хлеб ржаной витаминизированный	30	1	0	11	51	1,80	
<b>ИТОГО</b>		<b>23</b>	<b>24</b>	<b>107</b>	<b>768</b>	<b>107,70</b>	

Повар — бригадир \_\_\_\_\_