

МЕНЮ

18.11.2020

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 - 61																		
2/2011	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ АБРИКОСОВЫМ	20/15	132	1,20	0,87	22,00	0,02	0,48	0,03	0,40	8,00	14,00	5,00	0,30				
324/2011	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ СО СЛУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	366	15,60	13,82	45,80	0,09	1,12	0,06	1,00	240,12	275,50	33,00	0,90				
433/2008	КАКАО С МОЛОКОМ	200	134	2,90	2,50	24,80	0,04	1,00	0,01	0,01	121,00	90,00	14,00	1,00				
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	44	0,40	0,40	9,80	0,03	1,00	0,03	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20				
Итого за ЗАВТРАК - 61 руб.			676	20,10	17,59	102,40	0,18	3,60	0,13	1,60	385,12	390,50	61,00	4,40				
ОБЕД - 106																		
56/2008	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	71	2,28	4,86	4,50	0,40	3,00	1,00	1,00	19,60	19,80	19,80	33,60				
84/2008	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/5	77	2,50	4,50	6,43	0,05	17,60	0,16	0,16	35,40	42,60	17,60	0,60				
311/2008	ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ (КУРЫ)	200	355	14,00	15,10	20,10	0,10	1,80	0,30	5,40	23,60	193,60	42,50	1,90				
402/2008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	131	0,60	0,10	31,70	0,02		0,01	0,50	21,00	23,00	16,00	0,70				
к/к/ /	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40 25	92 72	3,20 2,00	1,70 1,16	20,40 12,99	0,10 0,13			0,38	8,30 13,75	40,40	40,40	0,10 0,50				
/	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 - 106 руб.			885	29,58	30,62	104,62	0,83	23,00	1,49	7,44	240,65	438,40	109,90	37,50				
ОБЕД - 167																		
56/2008	ИКРА МОРКОВНАЯ	100	118	3,80	8,10	7,50	0,05	5,00	1,52	3,90	32,00	56,00	33,00	1,00				
84/2008	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	90	3,00	5,00	7,80	0,05	20,00	0,21	0,20	51,00	45,00	19,00	0,20				
311/2008	ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ (КУРЫ)	250	355	17,50	17,30	32,10	0,20	2,80	0,20	2,40	123,60	193,60	42,50	1,90				
402/2008	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	131	0,60	0,10	31,70	0,02		0,01	0,50	21,00	23,00	16,00	0,70				
к/к/ /	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40 40	92 94	3,20 2,90	1,70 1,06	20,40 18,24	0,10 0,04			0,30	8,30 7,74	40,40 29,58	40,40 11,48	0,10 0,70				
479/2008	БЛЮЧКА "ВТОРОЖНЯЯ"	75	180	8,70	4,70	25,70	0,10			0,30	50,30	92,00	11,90	0,60				
Итого за ОБЕД - 167 руб.			1 060	39,70	37,96	143,44	0,56	27,80	1,94	7,30	293,94	479,58	133,88	5,20				

Зам. Директора

Зав. производством

Калькулятор

