





(11-18 (10 дней))

15.11.2022

| | | |
|-----------|--------------------|---|
| Видов (2) | Наименование блюда | г/н, ккал (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витаминизация (вкл., микроэlementы (вкл.)) |
|-----------|--------------------|---|

Завтрак

250 **Жаркое по-домашнему (филе птицы)** Калорийность-344, Белки-27, Жиры-13, Углеводы-18

200 **Напиток Яблочный** Калорийность-35, Углеводы-8

50 **Хлеб пшеничный** Калорийность-114, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-23

Итого на завтрак Калорийность-556, Белки-31, Жиры-16, Углеводы-65

Обед

250 **Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей** Калорийность-99, Белки-3, Углеводы-20

150 **Рагу из овощей с мясом** Калорийность-108, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-15

200/10 **Чай с сахаром** Калорийность-63, Углеводы-16

50 **Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)** Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-16

40 **Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)** Калорийность-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18

Итого на Обед Калорийность-440, Белки-19, Жиры-9, Углеводы-85

Итого за день Калорийность-996, Белки-50, Жиры-25, Углеводы-150

Сидорова



(7-10 (10 дней))

| | | |
|----------|--------------------|---|
| Виды (с) | Наименование блюда | за пер. (часы), блюда (д), порции (л) |
| | Закупка 1 | вспомогательная, для приготовления блюд |

220 **Журное по-домашнему (физе пиццы)** Категория 1
 Категория: 14, Бюджет-27, Жюль-13, Угренвал-18
 Категория: 18, Угренвал-4

200 **Напиток ягодный**
 Категория: 14, Бюджет-4, Жюль-1, Угренвал-23

30 **Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)**
 Категория: 539, Бюджет-31, Жюль-10, Угренвал-61

200 **Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей**
 Категория: 79, Бюджет-3, Угренвал-16

150 **Рагу из овощей с мясом**
 Категория: 108, Бюджет-11, Жюль-5, Угренвал-15
 Категория: 63, Угренвал-16

200/10 **Чай с сахаром**
 Категория: 79, Бюджет-2, Угренвал-16

40 **Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)**
 Категория: 91, Бюджет-3, Жюль-1, Угренвал-18

30 **Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)**
 Категория: 91, Бюджет-3, Жюль-1, Угренвал-18

Итого за **Обед** Категория: 120, Бюджет-19, Жюль-6, Угренвал-81
 Итого за **день** Категория: 939, Бюджет-50, Жюль-22, Угренвал-148

Смирнова

