

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

молоко, крупа пшено, сахар, масло сливочное, соль

50 *Печенье песочное*200 *Отвар шиповника*

шиповник (плоды сушеные), сахар

50 *Хлеб пшеничный*

100 Груша

Обед

75 Огурцы свежие

200 *Суп картофельный с
бобовыми и говядиной*

картофель, говядина, горох шлифованный, лук репчатый, морковь, масло сливочное, зелень свежая, соль

60/60 Гуляш

говядина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, мука пшеничная, соль, чеснок

250 *Морковно-картофельное
пюре*

морковь, картофель, молоко сухое, масло сливочное, соль

50 *Мармелад желейный*

200 Чай с сахаром

сахар, чай черный

50 *Хлеб ржано-пшеничный*

дник (рекомендация)

200 *Кисель из вишни*

сахар, крахмал картофельный, плоды и ягоды (замороженные)

80 *Пирожок простой печеный
из дрожжевого теста с
творожным фаршем*

100 Груша

Итого за день

Шеф-повар  Семенов Н.Е.

Калькулятор

Шавкунова .Е.А

Шеф-повар

Семенов, Н.Е

Директор
учреждения

Кирьякова Е.В

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

молоко, крупа пшено, сахар, масло сливочное, соль

шиповник (плоды сушеные), сахар

100	<i>Груша</i>	Калорийность-83, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19	22-16
-----	--------------	--	-------

картофель, говядина, горох шлифованный, лук репчатый, морковь, масло сливочное, зелень свежая, соль

говядина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, мука пшеничная, соль, чеснок

морковь, картофель, молоко сухое, масло сливочное, соль

сахар, чай черный

Итого за Обед	Калорийность-727, Белки-28, Жиры-41, Углеводы-177	155-23
---------------	--	--------

сахар, крахмал картофельный, плоды и ягоды (замороженные)

Итого за Полдник Калорийность-304, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-63 **51-90**

Калькулятор

Шавкунова .Е.А

Шеф-повар

Семенов, Н.Е.

Директор
учреждения

Кирыжова Е. В.

