

|                       |                                                                                        |        |       |         |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|---------|
| Итого за день         |                                                                                        |        |       | 1774.15 |
| Итого за ужин 1       |                                                                                        |        |       | 372.09  |
| Ужин 1                | СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ                                                                        | 180    | 0.04  | 7.22    |
|                       | МАКАРОНЫ С СЫРОМ                                                                       | 22     | 0.25  | 5.51    |
|                       | БАТОН                                                                                  | 180    | 0.04  | 9.51    |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                                                | 180    | 0.04  | 61.47   |
|                       | Итого за ужин 1                                                                        | 442.00 | 9.95  | 246.67  |
| Итого за полдник      |                                                                                        |        |       | 312.43  |
| Полдник               | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                                                       | 70     | 4.59  | 38.82   |
|                       | КЕФИР                                                                                  | 193    | 5.99  | 7.99    |
| Итого за обед         |                                                                                        |        |       | 632.94  |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ, СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ | 59     | 1     | 4.9     |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ                                                                       | 200    | 6.8   | 8.5     |
|                       | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                                                        | 150    | 3.25  | 12.66   |
|                       | БИТОЧКИ ИЗ КУР                                                                         | 76     | 8.84  | 12.99   |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                            | 48     | 2.79  | 20.2    |
|                       | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                                                       | 180    | 0.1   | 9.5     |
|                       | Итого за обед                                                                          | 712.00 | 22.78 | 68.75   |
|                       | КЕФИР                                                                                  | 193    | 5.99  | 7.99    |
|                       | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                                                       | 70     | 4.59  | 38.82   |
|                       | Итого за полдник                                                                       | 262.00 | 10.58 | 46.81   |
| Итого за завтрак 1    |                                                                                        |        |       | 413.69  |
| Завтрак 1             | КАША 'АССОПТИ'                                                                         | 200    | 5.09  | 26.1    |
|                       | БАТОН                                                                                  | 38     | 3.05  | 20.52   |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                                                                         | 5      | 0.05  | 14.87   |
|                       | КАКАО С МОЛОКОМ                                                                        | 200    | 2.9   | 14.87   |
| Итого за завтрак 2    |                                                                                        |        |       | 43      |
| Итого за завтрак 2    |                                                                                        |        |       | 43.00   |
| На весь день          |                                                                                        |        |       | 0       |
| Итого за на весь день |                                                                                        |        |       | 3.00    |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ, СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ | 39     | 0.67  | 3.27    |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ                                                                       | 180    | 6.12  | 7.65    |
|                       | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                                                        | 120    | 2.6   | 2.46    |
|                       | БИТОЧКИ ИЗ КУР                                                                         | 60     | 6.55  | 6.33    |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                            | 36     | 2.2   | 0.4     |
|                       | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                                                       | 150    | 0.08  | 7.92    |
|                       | Итого за обед                                                                          | 585.00 | 18.22 | 55.73   |
|                       | КЕФИР                                                                                  | 173    | 5.39  | 7.19    |
|                       | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                                                       | 50     | 3.28  | 6.16    |
|                       | Итого за полдник                                                                       | 223.00 | 8.67  | 6.34    |
| Итого за ужин 1       |                                                                                        |        |       | 234.67  |
| Ужин 1                | СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ                                                                        | 40     | 0.6   | 3.52    |
|                       | МАКАРОНЫ С СЫРОМ                                                                       | 150    | 6.26  | 7.67    |
|                       | БАТОН                                                                                  | 17     | 1.53  | 0.2     |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                                                | 150    | 0.03  | 7.63    |
|                       | Итого за ужин 1                                                                        | 357.00 | 8.42  | 49.90   |
| Итого за день         |                                                                                        |        |       | 1392.97 |

Исполнитель: Завернувший (Шихова О. Н.)  
Шеф-повар: (Шихова А. А.)

|                       |                                                                                        |        |       |         |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|---------|
| Итого за день         |                                                                                        |        |       | 1774.15 |
| Итого за ужин 1       |                                                                                        |        |       | 372.09  |
| Ужин 1                | СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ                                                                        | 180    | 0.04  | 7.22    |
|                       | МАКАРОНЫ С СЫРОМ                                                                       | 22     | 0.25  | 5.51    |
|                       | БАТОН                                                                                  | 180    | 0.04  | 9.51    |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                                                | 180    | 0.04  | 61.47   |
|                       | Итого за ужин 1                                                                        | 442.00 | 9.95  | 246.67  |
| Итого за полдник      |                                                                                        |        |       | 312.43  |
| Полдник               | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                                                       | 70     | 4.59  | 38.82   |
|                       | КЕФИР                                                                                  | 193    | 5.99  | 7.99    |
| Итого за обед         |                                                                                        |        |       | 632.94  |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ, СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ | 59     | 1     | 4.9     |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ                                                                       | 200    | 6.8   | 8.5     |
|                       | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                                                        | 150    | 3.25  | 12.66   |
|                       | БИТОЧКИ ИЗ КУР                                                                         | 76     | 8.84  | 12.99   |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                            | 48     | 2.79  | 20.2    |
|                       | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                                                       | 180    | 0.1   | 9.5     |
|                       | Итого за обед                                                                          | 712.00 | 22.78 | 68.75   |
|                       | КЕФИР                                                                                  | 193    | 5.99  | 7.99    |
|                       | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                                                       | 70     | 4.59  | 38.82   |
|                       | Итого за полдник                                                                       | 262.00 | 10.58 | 46.81   |
| Итого за завтрак 1    |                                                                                        |        |       | 413.69  |
| Завтрак 1             | КАША 'АССОПТИ'                                                                         | 200    | 5.09  | 26.1    |
|                       | БАТОН                                                                                  | 38     | 3.05  | 20.52   |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                                                                         | 5      | 0.05  | 14.87   |
|                       | КАКАО С МОЛОКОМ                                                                        | 200    | 2.9   | 14.87   |
| Итого за завтрак 2    |                                                                                        |        |       | 43      |
| Итого за завтрак 2    |                                                                                        |        |       | 43.00   |
| На весь день          |                                                                                        |        |       | 0       |
| Итого за на весь день |                                                                                        |        |       | 3.00    |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ, СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ | 39     | 0.67  | 3.27    |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ                                                                       | 180    | 6.12  | 7.65    |
|                       | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                                                        | 120    | 2.6   | 2.46    |
|                       | БИТОЧКИ ИЗ КУР                                                                         | 60     | 6.55  | 6.33    |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                            | 36     | 2.2   | 0.4     |
|                       | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                                                       | 150    | 0.08  | 7.92    |
|                       | Итого за обед                                                                          | 585.00 | 18.22 | 55.73   |
|                       | КЕФИР                                                                                  | 173    | 5.39  | 7.19    |
|                       | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                                                       | 50     | 3.28  | 6.16    |
|                       | Итого за полдник                                                                       | 223.00 | 8.67  | 6.34    |
| Итого за ужин 1       |                                                                                        |        |       | 234.67  |
| Ужин 1                | СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ                                                                        | 40     | 0.6   | 3.52    |
|                       | МАКАРОНЫ С СЫРОМ                                                                       | 150    | 6.26  | 7.67    |
|                       | БАТОН                                                                                  | 17     | 1.53  | 0.2     |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                                                | 150    | 0.03  | 7.63    |
|                       | Итого за ужин 1                                                                        | 357.00 | 8.42  | 49.90   |
| Итого за день         |                                                                                        |        |       | 1392.97 |

Категория: Сал

Меню притотавливаемых блюд

Завернувший (Шихова О. Н.)  
14.05.2025  
УТВЕРЖДАЮ