

17 июня 2025 г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Себестоимость, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак									
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	5,74	2,12	6,67	2,01	26,24	185,05	12,09
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,60	0,00	0,28	62,78	8,80
2	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,00	0,26	0,26	18,76	89,56	2,40
4/13	Сыр (порциями)	10	2,32	2,32	2,95	0,00	0,00	36,43	7,02
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	0,73
11/3	Печенье в ассортименте	40	5,60	0,00	5,40	0,00	36,68	215,42	5,88
Итого за 'Завтрак'			21,49	9,52	19,90	2,30	87,90	612,34	
Обед									
10/1	Салат из белокочанной капусты с яблоками и растительным маслом	60	0,70	0,00	3,62	3,62	5,90	56,75	6,85
4/2	Борщ с картофелем и сметаной	200	1,75	0,00	4,37	4,22	13,81	97,16	11,90
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,80	40,93	220,73	7,45
12/8	Гуляш с томатом (вариант 1)	90	12,76	11,98	30,81	2,91	4,81	346,85	32,16
2	Хлеб пшеничный	36,3	2,40	0,00	0,24	0,24	17,02	81,28	2,18
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,23
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0,00	0,06	0,06	18,29	69,02	3,95
12/2	Апельсины	200	1,80	0,00	0,40	0,40	20,60	88,96	36,00
Итого за 'Обед'			28,10	12,02	43,31	12,47	129,70	999,42	
Итого за день			49,58	21,54	63,22	14,77	217,60	1611,76	138,64
Итого с учетом организации питания									201,64