

Утверждено

Директор ООО "Метасит" С.А. Степанов О.Г.



4 день, 2 недели

На 20 февраля 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
--------------------	-------	-----------	------	------	------	------

Завтрак:		78,68				
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Сыр порционны	20гр.		71,66	4,64	5,9	
Каша вязкая молочная из риса и пшена	150/10гр.		189,80	2,59	12,03	17,77
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Всего в завтрак		505гр.	684,12	24,08	24,51	90,48
Обед:		110,17				
Зеленый горошек консервирован.	60гр.		24,12	1,86	0,12	3,90
Суп картофел. с клецками, с зеленью	200/3гр.		115,74	2,85	3,68	15,08
Бефстроганов из филе птицы	40/50гр.		149,62	10,91	13,32	1,80
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Компот из свежих ягод	180гр.		104,94	0,46	0,16	22,35
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед		743гр.	765,39	29,03	22,01	112,28
полдник:		37,83				
Плюшка Московская	120гр.		444,00	8,50	15,77	66,89
Кисломолочный продукт кефир	150гр.		88,50	4,36	4,8	6,00
Всего в полдник		270гр.	532,50	12,86	20,57	72,89
Всего за день			1982,01	65,97	67,09	275,65

Зав. Производством

Калькулятор

[Signature]

Утверждено

Директор ООО "Метасит" С.А. Степанов О.Г.



4 день, 2 недели

На 20 февраля 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
--------------------	-------	-----------	------	------	------	------

Завтрак:		91,52				
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Сыр порционны	20гр.		71,66	4,64	5,9	
Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/10гр.		249,12	3,4	15,8	23,33
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
Всего в завтрак		555гр.	743,44	24,89	28,28	96,04
Обед:		128,14				
Зеленый горошек консервирован.	100гр.		40,20	3,10	0,20	6,50
Суп картофел. с клецками, с зеленью	250/3гр.		144,25	3,56	4,59	18,79
Бефстроганов из филе птицы	50/50гр.		190,00	12,13	14,81	2,00
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Компот из свежих ягод	200гр.		116,60	0,52	0,18	24,84
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
Всего в обед		863гр.	862,02	32,26	24,51	121,28
полдник:		57,11				
Плюшка Московская	120гр.		444,00	8,50	15,77	66,89
Кисломолочный продукт кефир	150гр.		88,50	4,36	4,8	6,00
Всего в полдник		270гр.	532,50	12,86	20,57	72,89
Всего за день			2137,96	70,01	73,36	290,21

Зав. Производством

Калькулятор

[Signature]