

Утверждено

Директор ООО "Мета-сити" Степкина Ольга

Степкина Ольга



МЕНЮ



4 День 1 Неделя

На 21 ноября 2024 г.



Наименование блюда	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
Завтрак:		86,75				
Запеканка из творога со стученым молоком	150/15гр.	426,00	23,03	17,42	44,10	
Кофейный напиток с молоком	200гр.	113,00	2,94	1,99	20,92	
Фрукт яблоко	100гр.	44,40	0,40	0,40	9,80	
Батон	80гр.	226,68	7,36	0,74	46,40	
Фрукт апельсин	75гр.	40,50	0,96	0,21	8,68	
Всего в завтрак	620гр.	850,58	34,69	20,76	129,90	
обед:		121,46				
Салат картофель с соевым соусом и запеченным картофелем	100гр.	99,50	1,75	6,18	9,25	
Ци из свежих капусты с картофелем и зеленью	250/10,3гр.	89,75	1,77	4,95	7,90	
Котлета куриная с соусом	50/50гр.	172,00	8,04	9,07	9,5	
Каша рассыпчатая из пшенной 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	873гр.	848,82	25,03	25,11	120,64	
ПОЛДНИК:		54,13				
Пирог	45гр./2	166,50	2,25	3,38	31,50	
Кисломолоочный продукт Кефир	150гр.	88,50	4,36	4,80	6,00	
Всего в полдник	240гр.	255,00	6,61	8,18	37,50	
Всего за день		1175,72	43,67	29,24	181,89	

Зав. Производством

Калькулятор

Handwritten signature of the production manager.