

Согласовано
 Директор М.А. Соболев

Утверждаю
 Ген. директор АО "Общепит"
 Аминова Т.М.

МЕНЮ
 на 18 мая 2022г

День: среда

Неделя: 1

Военные сборы

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
213	Макаронные изделия, запеченные с сыром /	200/5	11	16	45	365	25,39
686,01	Чай с сахаром, лимоном"	200/7			8	33	3,03
3,12	Бутерброд с сыром""	50/15	7	4	25	166	14,85
67,14	Яблоко"	130	1	1	13	61	13,35
Итого за Завтрак			19	21	91	625	56,62
Обед							
32,11	Салат картофельный с огурцами солеными"	100	2	5	14	107	12,2
54,12	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной "+	250/10	9	11	20	208	15,31
132,15	Плов из курицы+//	50/150	17	23	41	443	35,87
685,02	Чай с сахаром, молоком"	200	2	2	10	61	4,81
70,26	хлеб пшеничный обогащенный йодказеином"	30	2		15	68	2,1
71,31	Хлеб ржаной обогащенный йодказеином"	30	2		12	54	1,92
Итого за Обед			34	41	112	941	72,21
Полдник							
273,05	Булочка Домашняя""+	100	8	13	62	396	16,96
685,01	Чай с сахаром"	200			8	31	1,42
Итого за Полдник			8	13	70	427	18,38
Ужин							
33,04	Салат "Пестрый"+/	100	1	5	11	97	12,64
97,2	Жаркое по домашнему из отварного мяса**	50/150	18	19	25	335	73,03
685,01	Чай с сахаром"	200			8	31	1,42
70,27	хлеб пшеничный обогащенный йодказеином""	50	4		25	113	3,5
71,32	Хлеб ржаной обогащенный йодказеином""	50	3		20	89	3,2
Итого за Ужин			26	24	89	665	93,79
Итого за день			87	99	362	2658	241

Калькулятор А.С.
 Повар _____