

Утверждаю

Начальник ЛОД

Сорокина Т.А.

08.06.2021г



Наименование блюд	Выход (гр, мл)	Калорийность (ккал)	Белки	жиры	углеводы	ЦЕНА (руб.)
<b>ЗАВТРАК</b>						
Бутерброд с сыром	15/15	112,0	3,8	4,3	23,0	8-52
Каша молочная рисовая с маслом	200/5	262,0	4,67	8,93	37,47	10-68
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	60,0	0,3	0	15,2	2-66
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	137	5,35	2,25	21,75	2-80
Банан	260	168,0	6,4	0	36,0	31-20
<b>ОБЕД</b>						
Помидор порционный	60	14,0	0,6	0	2,9	9-45
Щи из свежей капусты с курой и сметаной	250/20/10	152,2	7,17	8,7	10,6	21-66
Макароны отварные с маслом	180/5	293,4	6,1	10,9	41,0	5-36
Гуляш из говядины	100	132,0	13,9	6,5	4,0	55-08
Напиток из шиповника	200	64,0	0	0	15,9	5-64
Хлеб пшеничный витаминизированный	80	219,2	8,56	3,6	34,8	4-48
<b>ПОЛДНИК</b>						
Сок 0,2л	200	90,0	0	0	22,4	15-00
Булочка	50	152,0	3,35	2,55	28,9	12-00
<b>ИТОГО</b>						<b>184-52</b>
Зав. столовой		Черноусова Н.М.				
Калькуляцию составил		Скачкова Е.В.				