

Меню

20 июня 2025 г.

День 13

№ рецеп	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Эн. ценност	Стоимость, руб.
Завтрак							
209	Омлет натуральный	1/120	13,02	12,95	40,23	458,47	49,76
Пр	Овощи сезонные	60	0,04	0,04	0,18	1,19	16,38
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,49	0,29	12,53	61,30	2,05
376	Чай с сахаром	200/15	0,60	0,60	14,70	70,50	1,58
	Итого	400	0.19	0.17	0.85	7.09	69,77
Обед							
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,69	9,60	27,45	178,12	16,46
279	Тефтели 2-й вариант	80	12,70	9,29	9,44	142,00	71,26
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	6,60	5,73	37,88	229,50	15,75
342	Компот из ягод и плодов свежемороженных	200	0,00	0,00	0,28	1,15	18,34
ПР	Хлеб обогащенный	20	2,10	0,26	12,88	62,40	2,30
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,49	0,29	12,53	61,30	3,07
	Итого	500	0.31	0.25	1.28	7.88	127,18
	Всего	900	50	43	213	1497	196,95

Индивидуальный предприниматель

Меню

20 июня 2025 г.

День 13

№ рецеп	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Эн. ценност	Стоимость, руб.
Завтрак							
209	Омлет натуральный	1/120	13,02	12,95	40,23	458,47	49,76
Пр	Овощи сезонные	60	0,04	0,04	0,18	1,19	16,38
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,49	0,29	12,53	61,30	2,05
376	Чай с сахаром	200/15	0,60	0,60	14,70	70,50	1,58
	Итого	400	0.19	0.17	0.85	7.09	69,77
Обед							
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,69	9,60	27,45	178,12	16,46
279	Тефтели 2-й вариант	80	12,70	9,29	9,44	142,00	71,26
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	6,60	5,73	37,88	229,50	15,75
342	Компот из ягод и плодов свежемороженных	200	0,00	0,00	0,28	1,15	18,34
ПР	Хлеб обогащенный	20	2,10	0,26	12,88	62,40	2,30
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,49	0,29	12,53	61,30	3,07
	Итого	500	0.31	0.25	1.28	7.88	127,18
	Всего	900	50	43	213	1497	196,95

Индивидуальный предприниматель