



НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД	Энергетическая ценность, ккал Если
<u>ЗАВТРАК:</u>		
Омлет	70	89,56
Кофейный напиток на молоке	140	101,06
Хлеб пшеничный	35	113,86
Сыр порционный	10	54,06
ИТОГО:	255/	346,51/
<u>2 ЗАВТРАК:</u>		
Груши	100	80,1
ИТОГО:	100	80,1
<u>ОБЕД:</u>		
Помидор свежий порционный	35	13,1
Свекольник с мясом	180	83,33
Плов с мясом	90	228,8
Компот из смеси сухофруктов	150	72,9
Хлеб ржано-пшеничный	35	107,76
ИТОГО:	490	505,89
<u>Уплотненный полдник:</u>		
Булочка домашняя	70	235,9
Чай с лимоном	150	68,9
ИТОГО:	220	304,8
ВСЕГО:	1065/	1237,3/

Шеф-повар _____ (Н.Н.Родина)
Калькулятор _____ (Д. С. Анташова)



НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД	Энергетическая ценность, ккал Сад
<u>ЗАВТРАК:</u>		
Омлет	70	89,56
Сыр порционный	10	54,1
Кофейный напиток на молоке	150	117,87
Хлеб пшеничный	35	138,83
ИТОГО:	265/	400,89/
<u>2 ЗАВТРАК:</u>		
Груши	110	91,17
ИТОГО:	110	91,17
<u>ОБЕД:</u>		
Помидор свежий порционный	40	14,43
Свекольник с мясом	200	83,33
Плов с мясом	100	228,8
Компот из смеси сухофруктов	170	72,9
Хлеб ржано-пшеничный	40	127,02
ИТОГО:	550	526,48
<u>Уплотненный полдник:</u>		
Булочка домашняя	80	235,9
Чай с лимоном	170	68,9
ИТОГО:	250	304,8
ВСЕГО:	1175/	1323,34/

Шеф-повар _____ (Н.Н.Родина)
Калькулятор _____ (Д. С. Анташова)