

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

21 марта 2022 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК						
(Комплекс 1)						
Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком	2 шт/90/10		5,67	4,19	33,45	195
Кофейный напиток с молоком	200		3,30	1,51	29,1	152
Итого:		30,00	8,97	5,70	62,55	347
(Комплекс 2)						
Бутерброд с сыром (батон)	25/10		4,51	3,38	12,85	100
Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом	150/5		5,59	5,179	29,71	195
Кофейный напиток с молоком	200		3,30	1,51	29,1	152
Итого:		30,00	13,40	10,07	71,66	447
Горячее бесплатное питание младшие						
Сыр порциями	15		3,95	3,98		53
Котлеты "Аппетитные" (п/ф) с соусом томатным	80/15		7	10,00	9,60	160
Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,95	207
Чай с сахаром, лимоном	200/8/10		0,11	0,02	8,29	35
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:		55,01	19,22	18,82	72,68	546
Горячий завтрак (старшие)						
Суп картофельный с горохом,фрикадельками из птицы п/ф	250/22		7,76	7,2	19,4	174
Вак - балиш с мясом и рисом	90		9,4	12,50	29,5	270
Напиток Лимонный	200		0,14	0,0	24,43	101
Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
Итого:		48,00	18,57	19,96	84,6	600

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800) 234-3398

@depta.kzn



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

21 марта 2022 года

1 - ый день

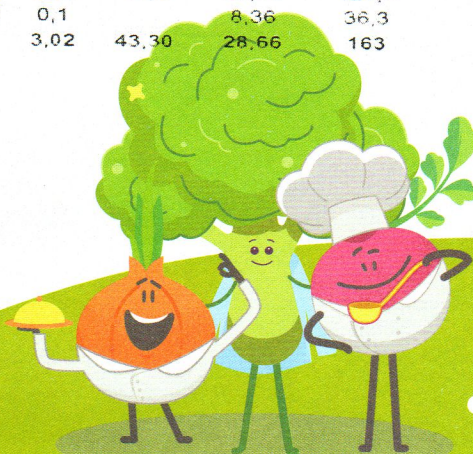
Наименование блюд	Выход	Стоим-ть	Белки	Жиры	Улев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор)						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,8	56
Салат из фасоли и кукурузы с сыром, сухариками	60		4,4	9,0	6,7	126
Яйцо по соусом "Переменка" с зеленым горошком	48/10/5		6,54	11,3	1,08	132
	сред.		3,81	6,91	6,51	105
1- БИЕ БЛЮДА						
Суп картофельный с горохом, фрикадельками из птицы (п/ф)	200/11		7,76	7,2	19,4	174
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты Школьные (п/ф), (мексиканская смесь с красной фасолью отварная (доп. гарнир)	80/30		13,08	12,2	12,4	207
Горбуша по - Московски	60/20		17,7	13,1	1,8	197
Голень куриная в сливочном маринаде	80/10		24,8	26,7	5,74	360
	сред.		18,54	17,35	6,64	255
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,3	291
Картофель запечённый (с паприкой)	110		2,57	6,0	20,8	148
	сред.		5,26	6,2	35,53	220
НАПИТКИ						
Чай пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток яблочный	200		0,1	0,1	26,4	108
	сред.		0,05	0,05	17,20	70,0
Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный	20/25		2,9	0,4	21,3	103
Итого с самост.блю дом:		73,00	27,14	40,66	72,95	774
Итого:		73.00	30.56	30.95	87.18	752

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
Макаронны отварные (с мас.растит.)	160	6,00	5,40	38,30		226
Кисель из концентрата	200			13,10		53
Хлеб ржано-пшеничный	16	0,75	0,15	6,75		33
Итого:		6,75	5,55	58,15		312
КОМПЛЕКС 2						
Бутерброд с маслом (хлеб пшеничный)	25/5	1,94	3,82	12,34		92
Чай с сахаром и лимоном	200/8/7	0,1		8,15		34
Итого:		2,00	3,82	20,49		126
КОМПЛЕКС 3						
Печенье Крекер	30	2,89	43,3	20,30		126,3
Чай с сахаром и лимоном	200/8/11	0,1		8,36		36,3
Итого:		3,02	43,30	28,66		163

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

22 марта 2022 года

Наименование продуктов Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ВТОРНИК

(Комплекс 1)

Запеканка из творога (с ванилином) со сгущен. молоком	120/15	23,55	8,34	26,24	277	
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32	
Итого:		30,00	23,57	8,35	34,23	309

(Комплекс 2)

Бутерброд с сыром, маслом (хлеб пшеничный)	30/15/8	6,28	10,03	14,82	176	
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,917	5,565	25,06	181	
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32	
Итого:		30,00	12,22	15,60	47,87	389

Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Салат "Любительский" (свекла отварная, капуста квашен, масло рас)	60	0,93	5,05	2,81	61	
Плов с куриными грудками	40/120	13,14	12,14	32,01	289	
Напиток лимонный	200	0,14	0,02	24,43	101	
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9	44	
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
Итого:		55,01	17,13	17,97	87,89	589

Горячий завтрак (старшие)

Борщ с капустой, картофелем, мясными фрикадельками п/ф со сметаной	250/22/5	5,7	9,2	12,8	157	
Маффин Шоколадный	50	3,2	10,4	29,8	211	
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,08	11,9	49	
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33	
Итого:		48,00	9,73	19,83	61,3	450



 Директор
 Калькулятор
 Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

22 марта 2022 года

2 - ой день

Наименование блюд

Наименование блюд	Выход	Стоим-ть	Белки	Жиры	Улев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,8	56
Винегрет овощной (без лука) с зеленым горошком	100/10		1,54	10,2	7,8	130
Салат из зеленого горошка с сыром (з/гор.консер., сыр, масло растит.)	60		4,02	7,75	2,93	98
	сред.		2,01	6,1	7,50	95

1-ые БЛЮДА

Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной	250/20		2,3	8,2	13	136
---	--------	--	-----	-----	----	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Горбуша запечённая с сыром (филе)	75/8		19,4	12,0	2,65	196
Бифштекс по - домашнему (п/ф), огурец солёный (доп.гарнир)	80/50		13,5	13,2	8,5	204
Гуляш из филе грудки индейки	55/55		15,8	24,1	3,74	295
Чикен (п/ф), мексиканская смесь с красной фасолью (доп. гарнир)	2шт/100/35		15,7	14,8	19,4	267
	сред.		16,24	16,43	4,96	232

Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом "Переменка"	220/30		17,8	15,5	31,4	337
	сред.		17,80	15,50	31,35	337

ГАРНИРЫ

Пюре картофельное	100		2,19	3,1	14,7	97
Каша полбяная рассыпчатая с маслом сливочным	180/5		3,3	5,8	14	123
	сред.		2,75	4,4	14,33	110

НАПИТКИ

Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,0	8	34
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,2	46
	сред.		0,10	0,02	9,58	40

Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный	20/15		2,66	0,3	17,2	82
--	-------	--	------	-----	------	----

Итого с
самост.блю 73,00
дом:
Итого: 73,00 23,75 27,31 53,60 558

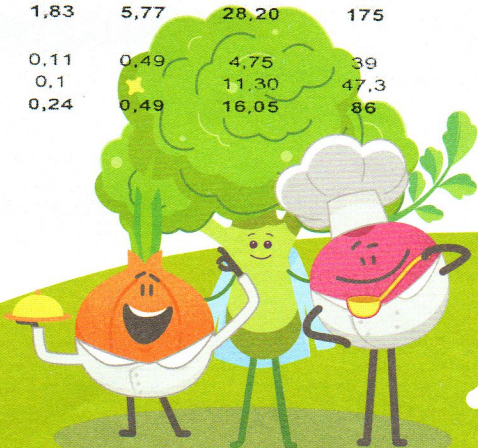
Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
Каша рисовая вязкая	130	2,00	3,58	23,94		124
Чай с сахаром	200/8			14,97		60
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75		33
Итого:		2,75	3,73	45,66		217
КОМПЛЕКС 2						
Салат Здоровье (морковь, свекла, зел.гор., яблоки)	55	0,83	5,57	4,23		71
Чай с сахаром	200/8			14,97		60
Хлеб ржано-пшеничный	18	1	0,2	9,00		44
Итого:		1,83	5,77	28,20		175
КОМПЛЕКС 3						
Печенье весовое	2шт/28	0,11	0,49	4,75		39
Чай с сахаром и урюком	200/8/5	0,1		11,30		47,3
Итого:		0,24	0,49	16,05		86

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)734-3388

📷 @depta.kzn



Меню



МБОУ «Гимназия №9»

23 марта 2022 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
СРЕДА						
(Комплекс 1)						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
Батон	26		1,95	0,78	13,36	68
Итого:		30,00	7,09	6,35	65,81	359
(Комплекс 2)						
Бутерброд с маслом (хлеб пшеничный)	20/10		1,60	7,41	9,92	113
Макаронны отварные с сыром, маслом сливочным	150/5		9,03	11,83	32,16	272
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
Итого:		30,00	10,69	19,25	50,22	419
Горячее бесплатное питание младшие						
Ёжики мясные с рисом (п/ф) в соусе томатном	60/40		9,56	11,42	12,23	190
Пюре картофельное	150		3,28	4,65	22,02	146
Овощи натуральные соленые (огурцы)	30		0,24	0,03	0,51	4
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:		55,01	15,73	16,48	64,75	477
Горячий завтрак (старшие)						
Суп картофельный с вермишелью, с мясными фрикадельками п/ф	250/11		4,6	4,4	21	143
Пицца с сыром	85		13,60	11,40	24	252
Кисель	200				13,1	53
Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
Итого:		48,00	19,45	16,05	69,1	503

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8 (800) 234 83 88



@depta.kzn



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

23 марта 2022 года

3 - ий день

Наименование блюд

Наименование блюд	Выход	Стоим-ть	Белки	Жиры	Улев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие (яблоки)	130		0,52	0,52	12,7	61
Салат Любительский (свекла отв., капуста квашеная, масло раст.)	100		1,55	8,4	4,68	102
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/10/8		4,56	9,18	12,9	153
	сред.		2,21	6,0	10,1	105

1-ые БЛЮДА

Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельк. (п/ф)	200/11		4,04	3,9	16,9	120
--	--------	--	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлеты "Пожарские" (п/ф), мексиканская смесь с красной фасолью (доп. гарнир)	80/40		13	12,4	13,6	218
Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	60/5		16,6	17,7	2,2	236
Горбуша запеченная с овощами, зеленый горошек (доп. гарнир)	75/30/10		15,9	10,9	3,13	175
	сред.		15,18	13,67	6,31	210
Блинчики п/ф со сгущенным молоком	5шт/225/30		15,6	12,2	94,7	553
	сред.		15,60	12,19	94,7	553

ГАРНИРЫ

Рагу овощное	150		2,81	7,64	16,8	149
Рис отварной с овощной смесью (мексиканская смесь с красной фасолью)	160		6,04	7,6	49,1	286
	сред.		4,42	7,6	33,0	217

НАПИТКИ

Чай пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
	сред.		0,04	0,04	9,97	41

Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный	15/15		1,89	0,3	14,1	68
--	-------	--	------	-----	------	----

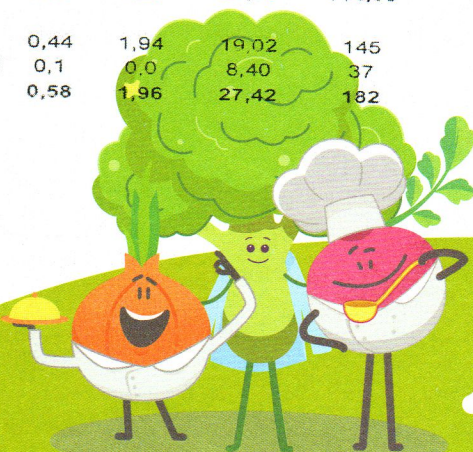
Итого с самост.блю дом:	73,00	19,74	18,54	128,9	767
Итого:	73,00	23,74	27,62	73,5	641

Наименование блюда	Выход	Стоимост	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Каша ячневая вязкая	150	5,26	4,17	33,54	193	
Чай с сахаром	200/8			14,97	60	
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33	
Итого:		6,01	4,32	55,26	286	
КОМПЛЕКС 2						
Бутерброд с сыром (хлеб пшеничный)	25/6	3,50	1,80	12,30	80	
Чай с сахаром и лимоном	200/8/6			8,20	34	
Итого:		3,50	1,80	20,50	114,00	
КОМПЛЕКС 3						
Печенье Вкусное	1шт/15	0,44	1,94	19,02	145	
Чай с сахаром и лимоном	200/8/12	0,1	0,0	8,40	37	
Итого:		0,58	1,96	27,42	182	

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

24 марта 2022 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ЧЕТВЕРГ						
(Комплекс 1)						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Блинчики (п/ф) с абрикосовой начинкой	1 шт/60		3,3	0,9	18,6	96
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,01	7,99	32
Итого:	30,00		3,80	1,39	38,35	184
(Комплекс 2)						
Бутерброд с сыром (батон)	40/20		8,26	6,48	20,56	175
Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом	150/5		5,83	5,26	38,48	232
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,01	7,99	32
Итого:	30,00		14,11	11,75	67,03	439
Горячее бесплатное питание младшие						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Сыр порциями	10		2,63	2,66		35
Гречка с фаршем и овощами	160		14,20	16,09	38,41	365
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,07	0,01	8,13	34
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:	55,01		19,82	19,52	75,18	572
Горячий завтрак (старшие)						
Щи из свеж.капусты с картофелем,с фрикадельками из птицы п/ф,со сметаной	250/22/5		8,1	11,0	9,6	173
Корж Яблочный	65		3,30	5,90	34	251
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00		12,54	17,12	64	514

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-53-88

@depta.kzn



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

24 марта 2022 года

4 - ый день

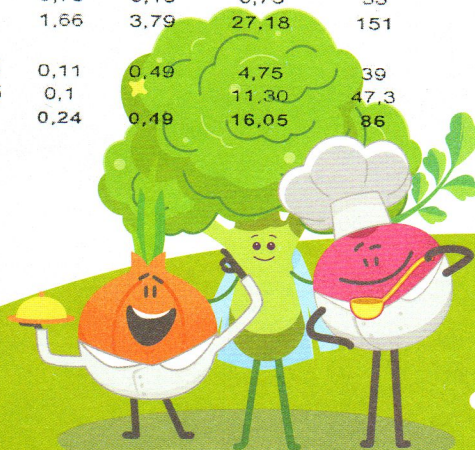
Наименование блюд	Выход	Стоим-ть	Белки	Жиры	Улев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Флоды свежие (яблоки)	130		0,52	0,52	12,7	61
Салат Столичный (грудки курии, картофель, огурцы солен, яйцо, соус Перемен.)	60		4,00	9,70	4,00	120
Салат из свеклы с сыром, соусом "Переменка"	85		5,18	6,8	7,39	112
	сред.		3,23	5,67	8,04	98
1-ые БЛЮДА						
Щи из свежей капусты с картофелем, фрикадельками из птицы (п/ф) со сметаной	200/11/5		3,33	6,4	7,56	102
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Цыплята запечённые, огурец соленый (доп. гарнир)	110/35		29,1	31,9	0,08	404
Горбуша запечённая с сыром, соусом "Переменка"	80/8/8		20,6	17,1	3,14	249
Люля кебаб (п/ф), мейкисиканская смесь с красной фасолью отварной (доп. гарнир)	80/35		16,6	15,5	11,9	249
	сред.		22,08	21,48	5,05	301
Мясо по - Милански	175		18,8	21,3	12,6	319
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	160		3,73	5,0	23,5	154
Макаронные изделия отварные	180		6,77	5,4	43,1	248
	сред.		5,25	5,2	33,3	201
НАПИТКИ						
Чай пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,08	0,1	11,9	49
	сред.		0,04	0,04	9,97	41
Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный	20/23		2,52	0,4	18,8	91
Итого с самост.блю дом:		73,00	25,10	32,85	56,7	629
Итого:		73,00	33,13	32,73	75,2	731

Наименование блюда	Выход	Стоимости	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
Пюре из бобовых с маслом (горох)	140/2	17,3	2,6	34,30		227
Чай с сахаром	200/8			14,97		60
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75		33
Итого:		18,02	2,75	56,02		320
КОМПЛЕКС 2						
Салат из свеклы с соусом Переменка	65	0,91	3,64	5,46		59
Чай с сахаром	200/8			14,97		60
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75		33
Итого:		1,66	3,79	27,18		151
КОМПЛЕКС 3						
Печенье ватное	2шт/28	0,11	0,49	4,75		39
Чай с сахаром и уроком	200/8/5	0,1		11,30		47,3
Итого:		0,24	0,49	16,05		86

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

25 марта 2022 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПЯТНИЦА						
(Комплекс 1)						
Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2шт/70/25		20,0	6,69	28,9	259
Чай с молоком	200/8		1,52	0,755	10,389	59
Итого:		30,00	21,52	7,45	39,26	318
(Комплекс 2)						
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	35/10/5		5,29	7,3	18,03	160
Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5		6,6	5,99	33,07	220
Чай с молоком	200/8		1,52	0,755	10,389	59
Итого:		30,00	13,41	14,05	61,49	439
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат "Пёстрый" (свекла, яблоки, сахарный песок, масло растительн	60		0,66	3,1	6,59	57
Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		15,00	25,12	31,16	408
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,01	7,99	32
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	27		2,05	0,22	13,28	63
Итого:		55,01	18,73	28,65	68,02	604
Горячий завтрак (старшие)						
Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками п/ф	250/11		5,37	8,7	17,62	164
Кекс Волжский	50		3,2	10,4	29,8	211
Компот из замороженной вишни	200		0,1		11,6	48
Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
Итого:		48,00	9,92	19,30	70,3	478

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)254-133-88

@depta.kzn



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

25 марта 2022 года

5 - ый день

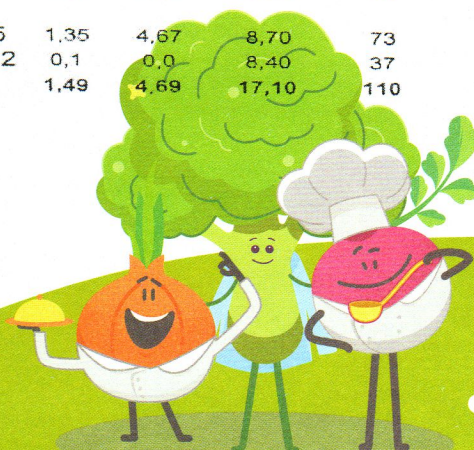
Наименование блюд	Выход	Стоим-ть	Белки	Жиры	Улев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат из фасоли и кукурузы с сыром, сухариками	50		4	8,3	6,13	115
Салат из зеленого горошка с сыром (зелен.горош., сыр, масло раст)	50		3,35	6,45	2,43	82
сред.			2,58	5,1	6,12	81
1-ые БЛЮДА						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5		1,96	5,0	13,7	109
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Горбуша запечённая	90		20,8	11,9	3,93	205
Говядина со стручковой фасолью	40/30		12,2	15,4	2,41	198
Шашлычок из куриной грудки на шампуре с соусом "Переменка"	70/10		12,1	19,5	1,28	228
Сосиски отварные, огурец соленый (доп. гарнир)	100/35		10,4	20,1	0,8	226
сред.			13,87	16,72	2,11	214
ГАРНИРЫ						
Каша полбяная рассыпчатая с маслом сливочным	180/5		6,5	11,0	35	264
Картофель запечённый (с паприкой)	100		2,14	5,0	17,3	123
сред.			4,32	8,0	26,2	194
НАПИТКИ						
Чай пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток лимонный	200		0,14	0,0	24,4	101
сред.			0,07	0,01	16,2	67
Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный	20/15		1,89	0,3	14,1	68
Итого с самост.блю дом:		73,00	43,83	17,87	88,7	702
Итого:		73,00	22,73	30,02	64,7	624

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
Каша пшённая вязкая	140	3,95	4,68	22,62		148
Чай с сахаром	200/8			14,97		60
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75		33
Итого:			4,70	44,34		241
КОМПЛЕКС 2						
Бутерброд с маслом (хлеб пшеничный)	25/5	1,94	3,82	12,34		92
Чай с сахаром и лимоном	200/8/7			8,22		35
Итого:			3,82	20,56		127
КОМПЛЕКС 3						
Печенье сдобное "Американер с кунжутом"	1шт/15	1,35	4,67	8,70		73
Чай с сахаром и лимоном	200/8/12	0,1	0,0	8,40		37
Итого:		1,49	4,69	17,10		110

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

26 марта 2022 года

6 - ой день

Наименование блюд

СУББОТА

	Выход	Стоим-ть	Белки	Жиры	Улев.	ККАЛ
Сыр порционно	15		3,95	3,99		53
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	150/5		17,8	15,5	31,4	337
Кекс Волжский	50		3,2	10,4	29,8	221
Чай пакетированный с сахаром	200/8				7,98	32
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:	73,00	27,22	30,04	85,7	723	

Наименование блюдо

КОМПЛЕКС 1

	Выход	Стоимосты	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Каша полбяная вязкая	140	3,36	4,31	18,13		125
Чай с сахаром	200/8			14,97		60
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75		33
Итого:		4,11	4,46	39,85		218

КОМПЛЕКС 2

Бутерброд с сыром (хлеб пшеничный)	25/6	3,50	1,80	12,30		80
Чай с сахаром и лимоном	200/8/6			8,20		34
Итого:		3,50	1,80	20,50		114,00

КОМПЛЕКС 3

Печенье весовое	2шт/28	0,11	0,49	4,75		39
Чай с сахаром и урюком	200/8/5	0,1		11,30		47,3
Итого:		0,24	0,49	16,05		86

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

