

МЕНЮ

на 15 - 19 ноября 2021 г. 1-Комплекс 80 завтрак картофель п/ф

34

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколад. хл.Рябиноушка	107,24	1,48	6,42	10,8	17 х/10 м	10,69
2	Сырники из творога п/ф	288,24	24,99	8,83	27,93	130	64,59
3	Соус вишнёвый	19,72	0,01	0,05	4,77	20	2,49
4	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,60
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	22,95	0,76	0,13	4,71	11,5	0,63
		478,16	27,24	15,43	58,19		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Салат "Здоровье" (морковь отв., свекла отв., горошек конс., масло растит.)	62,48	0,76	5,05	3,45	50	3,72
2	Биточки мясные /филе инд, говядина/	204,77	15,21	13	10,97	80	53,37
3	Соус сметанный с томатом	25,84	0,45	1,94	3,66	30	3,99
4	Пюре картофельное (карт п/ф)	146,07	3,28	4,91	22,09	150	14,01
5	Чай с сахаром и лимоном	49,71	0,05	0,01	12,13	200/12/5	2,86
6	Хлеб пшеничный вит. "Здоровье" н	49,4	1,57	0,48	9,01	19,3	1,49
7	Хлеб рж-пш вит. "Дарницкий" н	20	0,66	0,11	4,1	10	0,56
		558,27	21,98	25,5	65,41		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Салат "Зимний" (картоф. морковь, горошек,огурцы сол., масл.раст) карт. п/ф	53,82	0,96	2,89	5,9	55	6,48
2	Фарфале из филе индейки в соусе из томатов и сыром 2В	297,25	14,39	8,43	41,4	200	37,11
3	Напиток тёплый из клубники и вишни	59,35	0,14	0,14	14,16	200/12	7,39
4	Йогурт в инд. уп. /Абсолют/	101,25	4,09	3,13	14,13	125	27,58
5	Хлеб пшеничный вит. "Рябиноушка" н	41,27	1,31	0,21	8,52	16,4	0,89
6	Хлеб рж-пш вит. "Дарницкий" н	20,05	0,66	0,11	4,11	10	0,55
		572,99	21,55	14,91	88,22		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Салат "Нежный" (морковь, огурцы сол., лук репч., яйцо, масло растит.)	84,4	2	7,42	2,25	60	9,64
2	Плов из говядины	446,01	16,11	23,48	42,9	40/160	64,40
3	Чай с шиповником	62,73	0,27	0,11	13,85	200/10	4,40
4	Хлеб пшеничный вит. "Рябиноушка" н	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	22,95	0,76	0,13	4,71	11,5	0,64
		658,93	20,5	31,36	72,55		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Огурцы соленые /порционно/	3,9	0,24	0,03	0,51	30	9,22
2	Бефстроганов из филе индейки	142,27	13,83	8,14	6,62	50/50	46,32
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	146,07	3,28	4,91	22,09	150	14,01
4	Напиток "Вкус лета из ягод"	59,5	0,15	0,14	14,15	200/12	8,06
5	Хлеб пшеничный вит. "Подовый" н	34,34	1,12	0,22	7,65	17	1,14
6	Хлеб рж-пш "Российский" н	34,35	1,11	0,19	7,06	17	1,25
		420,43	19,73	13,63	58,08		80,00

Повар-бригадир _____
 (подпись)

Экономист по ценам _____ Грицюк О.М.
 (подпись)

Мед. работник _____
 (подпись)

Технолог _____ Шукешева С.В.
 (подпись)