



МЕНЮ
на 5 апреля 2023 г.

День: среда

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
				5	6	7	8	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Омлет натуральный 180 гр	301/2013		15,5	24,09	4,15	293,54	49,29
2	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	23,22
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	9,36
4	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,23
5	Батон 30	111/2013	30	2,26	0,88	15,42	78,6	3,59
6	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,17
	Итого за Завтрак			19,73	33,2	59,31	618,24	88,88
2-й Завтрак								
1	Омлет натуральный 150гр	301/2013	150	12,92	20,07	3,45	244,61	40,35
2	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,23
3	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	14,07
4	Батон 27	111/2013	27	2,03	0,79	13,87	70,74	3,23
	Итого за 2-й Завтрак			15,17	31,73	32,51	474,35	60
Обед								
1	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	13,05
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	6,74
3	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	38,13
4	Каша гречневая рассыпчатая 150гр 237/2013	237/2013	150	8,55	7,85	37,08	253,05	13,37
5	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	10,94
6	Хлеб 60г	109/2013	60	3,96	0,72	20,04	104,4	4,69
7	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	1,79
	Итого за Обед			46,4	25,36	117,42	1171,8	88,88
2-й Обед								
1	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	13,05
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	6,74
3	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	38,13
4	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	16,03
5	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	7,69
6	Хлеб 28г	109/2013	28	1,85	0,33	9,35	48,72	2,19
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,2
	Итого за 2-й Обед			45	26,34	98,93	1099,47	85
Полдник								
1	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	7,69
2	Булочка ванильная 100		100					7,81
	Итого за Полдник			0,16		14,99	60,64	15,5
Буфет								
1	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	6,34
2	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	6,07
3	Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013		250					11,35
4	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	11,99
5	Рыба, тушеная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	33,32
6	Котлеты припущенные из птицы 90г (грудка)	209/2013	90	14,16	16	9,63	239,25	42,81
7	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	15,06
8	Рагу из овощей 180гр	195/2013	180	3,6	9,63	15,3	162	14,34
9	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	6,63
10	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	17,95
11	Ватрушка с творогом 75	359.33/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	17,39
12	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	9,34
13	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	10,26
14	Вода лит. не газир. 0,5 л		1 шт					21,32
	Итого за Буфет							
Диетическое питание								
1	ДИЕТА Каша жидкая овсяная Геркулес 200гр 2009-109 б/с		200					14,96
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					36,86
3	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	15,06
4	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,86
	Итого за Диетическое питание							
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством

Генеральный директор ООО «Титан-2001»



МЕНЮ
на 6 апреля 2023 г.

День: четверг

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Каша рисовая молочная жидкая 150 гр	268/2013	150	4,15	6,45	24,3	172,05	13,86
2	Бутерброд с сыром 60 гр	91/2013	60	7,1	11,5	10,5	174,66	34,83
3	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
4	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	15,08
5	Хлеб 43г	109/2013	43	2,83	0,51	14,36	74,82	3,36
Итого за Завтрак				20,08	22,86	101,06	690,33	88,88
2-й Завтрак								
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	18,47
2	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	9,57
3	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	15,08
4	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	9,38
5	Батон 53							6,34
6	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,17
Итого за 2-й Завтрак				15,09	24,88	69,24	560,1	60
Обед								
1	Огурцы свежие 45г -2009-246							17,62
2	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	12,72
3	Котлеты припущенные из птицы 90гр (грудка)	209/2013	90	14,16	16	9,63	239,25	42,81
4	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	9,46
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,23
6	Хлеб 35г	109/2013	35	2,31	0,42	11,69	60,9	2,74
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,2
Итого за Обед				24,91	23,25	83,09	646,49	88,88
2-й Обед								
1	Огурцы свежие 30г -2009-246		30					11,75
2	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	12,72
3	Котлеты припущенные из птицы 90гр (грудка)	209/2013	90	14,16	16	9,63	239,25	42,81
4	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	11,35
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,23
6	Хлеб 52							4,06
Итого за 2-й Обед				22,97	22,67	72,07	588,39	85
Полдник								
1	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	11,66
2	Ватрушка с творогом 75	359 33/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	17,39
Итого за Полдник				15,45	5,64	60,53	332,86	29,05
Буфет								
1	Салат из соленых огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8	55,77	27,01
2	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	10,02
3	Суп картофельный 250 г	97/2015	250	2,34	2,8	16,87	114	8,25
4	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,18
5	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	38,34
6	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	35,64
7	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	18,57
8	Капуста тушенная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	20,11
9	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	7,69
10	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
11	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	11,32
12	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	11,1
13	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	3,5
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	16,03
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					36,86
3	ДИЕТА Каша жидкая овсяная Геркулес 200гр 2009-109 б/с		200					14,96
4	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,23
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор _____
Заведующая производством _____



МЕНЮ
на 7 апреля 2023 г.



День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Макароны с сыром 200гр		200					35,85
2	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	9,38
3	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	11,66
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	27,02
5	Батон 35	111/2013	35	3,48	1	17,88	91,17	4,19
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,78
Итого за Завтрак				8,22	11,87	56,85	347,57	88,88
2-й Завтрак								
1	Макароны с сыром 200гр		200					35,85
2	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	9,38
3	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	11,66
4	Батон 25	111/2013	25	1,88	0,73	12,85	65,5	2,99
Итого за 2-й Завтрак				5,16	10,68	28,88	210,5	60,00
Обед								
1	Помидоры свежие 45г -2009-246		45					16,95
2	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	11,39
3	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	38,34
4	Пюре картофельное 150 гр.	429/2013	150	3,15	6,6	16,35	138	15,47
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,23
6	Хлеб 41г	109/2013		1,32	0,24	6,68	34,8	3,20
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,20
Итого за Обед				21,07	14,23	63,42	467	88,88
2-й Обед								
1	Помидоры свежие 30г -2009-246							11,30
2	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	11,39
3	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	38,34
4	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	18,57
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,23
6	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	3,13
Итого за 2-й Обед				22,27	15,5	68,23	503,2	85,00
Полдник								
1	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
2	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	11,32
Итого за Полдник				6,8	4,86	56,32	296,43	33,07
Буфет								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	38,02
2	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	13,05
3	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	9,83
4	Суп картофельный с рыбой (минтай)	50/2009	250	13,21	4,11	6,7	116,24	30,16
5	Борщ из свежей капусты с картофелем 110/2004		250					12,10
6	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	35,64
7	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	34,58
8	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	11,35
9	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	16,03
10	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	3,62
11	Компот из изюма	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	6,82
12	Булочка "Творожная" 50 786/2004		50					10,43
13	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	10,26
14	Пирожок с яблоками 75гр		75					12,05
15	Вода пит. не газир. 0,5 л		1 шт					21,32
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Омлет натуральный 200 гр	301/2013	200	17,23	26,77	4,61	326,15	53,97
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					36,86
3	Картофель отварной 150гр 2009-239		150					9,67
4	ДИЕТА Кофейный напиток с молоком 286-2009 б/с		200					7,21
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством