

Вторая неделя

Наименование	Выход блюд	Цена за порции	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал/кДЖ
Обед -Понедельник:						
Салат из свеклы с маслом растительным	50	17,00	2	7	12	16,6
Плов из курицы	55/200	89	3,155	1,1534	4,036	611
Компот из с/фр	125	15,00	0,131		3,677	14,43
Хлеб	45	5,00	0,2115	0,0315	2,241	9,63
Слойка штучная	50	54,00	1,721	1,36	2,2278	27,483
Итого:		180,00				679,143
Обед -Вторник:						
Огурец соленый порционный	35	7,5	0,02		0,0825	0,4125
Куриная грудка с овощами	85	65,5	3,4541	1,1534	4,036	39,586
Гречка рассыпчатая	141	33,00	8,9	1,8	4,8	233
Компот из с/фр	125	15,00	0,131		3,677	14,43
Хлеб	45	5,00	0,2115	0,0315	2,241	9,63
Слойка штучная	50	54,00	1,721	1,36	2,2278	27,483
Итого:		180,00				324,5415
Обед -Среда:						
Салат из свеклы с маслом растительным	50	17,00	2	7	12	16,6
Куриная котлета	90	92,00	5,415	1,815	6,41	62,5
Картофельное пюре	150	26,50	0,34	0,017	3,349	14,11
Хлеб	45	5,00	0,2115	0,0315	2,241	9,63
Компот из с/фр	150	18,00	0,131		3,677	14,43
Пирожок с яблоком	100	21,50	0,4163	0,0351	4,2165	17,827
Итого:		180,00				135,097
Обед - Четверг:						
Салат из свеклы с солеными огурцами	40	9,00	0,8	3,1	4,5	51
Гуляш куриный	75	67,00	3,155	1,05	3,69	36,182
Рис рассыпчатый	150/15	39,00	0,371	0,0318	3,9061	17,119
Компот из с/фр	158	19,00	0,131		3,677	14,43
Хлеб	45	5,00	0,2115	0,0315	2,241	9,63
Сочни с творогом	110	41,00	1,721	1,36	2,2278	27,483
Итого:		180,00				155,844
Обед- Пятница:						
Салат из свеклы с маслом растительным	50	17,00	2	7	12	16,6
Курица отварная	100	90,00	3,4541	1,1534	4,036	39,586
Макароны отварные	150/15	30,00	3,6	0,4	20	111
Кисель из к/ц	200	10,00	0	0	18	68
Хлеб	45	5,00	0,2115	0,0315	2,241	9,63
Беккен с капустой	90	28,00	2,057	1,514	2,903	32,781
Итого:		180,00				277,597
Обед -Суббота:						
Огурец соленый порционный	35	7,5	0,02		0,0825	0,4125
Овощи тушеные с мясом говядины	50/125	150,00	15,3	18,4	15,3	292
Чай (пакет)	200	11,00	0,131		3,677	14,43
Хлеб	45	5,00	0,2115	0,0315	2,241	9,63
Булочка домашняя сдобная	50	6,50	3,9	4,25	26,15	160,5
Итого:		180,00				476,9725