

Утверждаю

Директор ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г.



Согл

Дир

амара

г. Самара

Демидова М.В.



4 день 2 неделя

На 28 ноября 2024 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>		<b>86,75</b>				
Яйцо вареное	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Каша рисовая без молока	200гр.		337,22	5,20	8,70	63,50
Фрукт яблоко	150гр.		66,60	0,60	0,60	14,70
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53	0,00	9,47
Хлебцы	1/10гр.		37,00	1,20	0,30	6,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>605гр.</b>		<b>551,69</b>	<b>13,24</b>	<b>14,77</b>	<b>94,58</b>
<b>Обед:</b>		<b>121,46</b>				
Салат из свежих огурцов и помидоров	100гр.		70,41	0,93	6,13	2,87
Суп картофельный (без макарон.изд.)	250/3гр.		114,00	2,34	2,83	16,87
Гуляш из филе птицы с соусом (без муки)	50/50гр.		190,00	12,13	14,81	2,00
Каша рассыпч.из гречневой крупы	150гр.		231,86	8,9	4,1	39,84
Компот из свежих ягод	200гр.		116,60	0,52	0,18	24,84
Хлебцы	2/10гр.		74,00	2,40	0,60	13,20
<b>Всего в обед</b>	<b>823гр.</b>		<b>796,87</b>	<b>27,22</b>	<b>28,65</b>	<b>99,62</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1348,56</b>	<b>40,46</b>	<b>43,42</b>	<b>194,20</b>

Зав. Производством

Калькулятор