



Образовано:  
 директор ООО «Титан-2001»  
 Рыбин В.Н.



**МЕНЮ**  
 на 5 апреля 2022 г.

День: вторник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Запеканка из творога со сгущенным молоком 125/10	313/2013	✓	21,2	22,41	29,16	408,83	60,51
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	13,40
3	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	3,82
4	Батон 35	111/2013	35	3,48	1	17,88	91,17	4,19
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>24,9</b>	<b>34,28</b>	<b>62,43</b>	<b>660</b>	<b>82,07</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Запеканка из творога №366 /2004 75/10		75/10					38,82
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	13,40
3	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	3,82
4	Батон 33							3,95
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>				<b>0,22</b>	<b>10,87</b>	<b>15,39</b>	<b>160</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Огурцы свежие 35г -2009-246		35					8,71
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	9,30
3	Котлеты припущенные из птицы 80гр (грудка)	209/2013	80	14,16	16	9,63	239,25	39,04
4	Пюре картофельное 150 гр.	429/2013	150	3,15	6,6	16,35	138	19,09
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,43
6	Хлеб 45г		55					3,52
<b>Итого за Обед</b>				<b>19,38</b>	<b>25,31</b>	<b>53,09</b>	<b>523</b>	<b>82,07</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Огурцы свежие 35г -2009-246		35					8,71
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	9,30
3	Котлеты припущенные из птицы 80гр (грудка)	209/2013	80	14,16	16	9,63	239,25	39,04
4	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	22,91
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,43
6	Хлеб 33г	109/2013	33	2,18	0,39	11,02	57,42	2,58
<b>Итого за 2-й Обед</b>				<b>22,19</b>	<b>27,02</b>	<b>67,38</b>	<b>608,02</b>	<b>85,00</b>
<b>Полдник</b>								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	13,92
2	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	10,64
<b>Итого за Полдник</b>				<b>6,8</b>	<b>4,86</b>	<b>56,32</b>	<b>296,42</b>	<b>24,56</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	27,76
2	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	26,98
3	Суп картофельный с рыбой ( минтай)	50/2009	250	13,21	4,11	6,7	116,24	35,65
4	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	23,41
5	Котлеты припущенные из птицы 90гр (грудка)	209/2013		14,16	16	9,63	239,25	43,83
6	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					67,36
7	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	22,86
8	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	39,88
9	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	8,70
10	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	8,01
11	Расстегай с мясом 75гр	353/2009	75	5,66	4,3	32,02	270,2	32,90
12	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г		75					11,55
13	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	14,45
<b>Итого за Буфет</b>								
<b>Диетическое питание</b>								
1	Омлет натуральный 200 гр	301/2013	200	17,23	26,77	4,61	326,15	53,27
2	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,69
3	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					38,42
4	Картофель отварной 150гр 2009-239		150					22,55
<b>Итого за Диетическое питание</b>								
<b>Итого за день</b>								

Калькулятор

Заведующая производством

*Горюхов*

Исполнитель: ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.



## МЕНЮ на 6 апреля 2022 г.

День: среда

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Птица, тушеная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	36,55
2	Макароны отварные 150г	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	9,33
3	Сыр порциями 10 гр 366/2009		10					9,06
4	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,43
5	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	21,14
6	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,17
7	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	2,39
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>22,03</b>	<b>16,25</b>	<b>85,37</b>	<b>581,45</b>	<b>82,07</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Птица, тушеная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	36,55
2	Макароны отварные 150г	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	9,33
3	Батон 21							2,51
4	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,43
5	Сыр порциями 10 гр 366/2009		10					9,06
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>				<b>18,74</b>	<b>14,69</b>	<b>50,48</b>	<b>408,95</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Винегрет овощной 60гр	1/2009	60	0,76	6,08	4,99	77,56	9,20
2	Рассольник домашний, со сметаной 250гр	132/2013	250	2,07	5,2	12,8	106,25	19,52
3	Рыба отварная 70/5 163/2009		70/5					36,37
4	Рис отварной 150гр	414/2013	150	3,69	6,07	33,81	204,6	11,60
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,43
6	Хлеб 38г	109/2013	38	2,5	0,45	12,69	66,12	2,97
<b>Итого за Обед</b>				<b>9,12</b>	<b>17,8</b>	<b>79,29</b>	<b>514,53</b>	<b>82,07</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Винегрет овощной 60гр	1/2009	60	0,76	6,08	4,99	77,56	9,20
2	Рассольник домашний, со сметаной 250гр	132/2013	250	2,07	5,2	12,8	106,25	19,52
3	Рыба отварная 70/5 163/2009		70/5					36,37
4	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	13,93
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,43
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,20
7	Хлеб 30г	109/2013	30	1,98	0,36	10,02	52,2	2,34
<b>Итого за 2-й Обед</b>				<b>10,08</b>	<b>19,22</b>	<b>88,52</b>	<b>567,71</b>	<b>85,00</b>
<b>Полдник</b>								
1	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	14,40
2	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г		75					11,55
<b>Итого за Полдник</b>				<b>2,9</b>	<b>2</b>	<b>20,9</b>	<b>113</b>	<b>25,95</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат из свежих помидоров 110г 22-2013							40,07
2	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	8,35
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	15,15
4	Суп картофельный с фрикадельками 250/25	149/2013	250/25	5,75	6,1	16,4	143,5	27,55
5	Картофель тушеный, 180г	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	18,01
6	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	22,86
7	Котлета Московская 90 гр.	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	57,46
8	Гуляш из говядины 100 гр 367/2013		100					79,18
9	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	20,30
10	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	6,53
11	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	5,92
12	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	10,64
13	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	10,37
<b>Итого за Буфет</b>								
<b>Диетическое питание</b>								
1	Каша пшеничная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					10,26
2	Мясо отварное говядина с луком и морковью 50		50					64,16
3	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	39,88
4	ДИЕТА Кофейный напиток с молоком 286-2009 б/с		200					7,15
<b>Итого за Диетическое питание</b>								
<b>Итого за день</b>								

Калькулятор *ИИ*

Заведующая производством *Горюхи*



