

пасовано

Зодж

ДЛ

Утверждаю

ЕЛ Я

№ 23 Д/С

ООО «Шик»

«Шик»

Российская Федерация, Самарская область, Самарский район, Самарское сельское поселение, с/пос. Шик

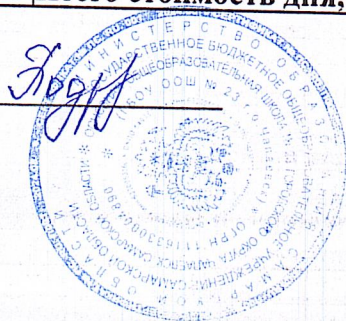
* ИНН 6330030928 * ОГРН 1066330010636 *

г. Чапаевск

№ Рец	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход блюда, гр	Энергетиче ская ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр	
					Белки	Жиры
	ПОНЕДЕЛЬНИК					
	1-й завтрак					
173	Каша молочная пшеничная (с маслом)	18,00	200	308,18	249,12	10,08
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,30
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03
14	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63
	2-ой завтрак					
389	Сок фруктовый	7,50	150	247,50	15	1,5
	Обед					
101	Суп с рыбными консервами	22,01	200	84,80	1,76	2,22
243	Сосиска отварная	25,50	50	149,09	5,05	14,14
302	Каша гречневая рассыпчатая	5,25	100	162,5	5,73	4,06
331	Соус сметанный с томатом	2,59	25	20,03	0,44	1,25
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	132,80	0,66	0,08
Н	Хлеб пшеничный	4,90	2/30	70,14	2,37	0,30
	Уплотненный полдник					
410	Ватрушка с творогом	11,85	50	140,28	6,41	3,81
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03
338	Фрукт 1 шт.	20,00	60	56,40	0,72	0,48
	Итого стоимость дня, выход	136,75	1560	1585,16	289,90	41,91
	ВТОРНИК					
	1-й завтрак					
175	Каша молочная «Дружба» с маслом	18,69	5/200	272,72	5,52	10,16
14	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03
15	Сыр	9,15	10	36	2,32	2,95
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,30
	2-ой завтрак					
	Снежок	13,35	150	75,00	4,35	3,75
	Обед					
82	Борщ с курицей	12,88	200	73,00	1,28	3,88
290	Шницель из говядины	40,54	50	213,13	8,65	17,98
199	Пюре из бобовых (горох)	3,70	100	59,2	2,88	2,72
331	Соус сметанный с томатом	2,59	25	20,03	0,44	1,25

349	Компот из сухофруктов	6,27	200	132,80	0,66	0,08
Н	Хлеб пшеничный	4,90	2/30	70,14	2,37	0,30
	Уплотненный полдник					
218	Вареники ленивые с йогуртом	22,69	80	124,92	10,05	4,92
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03
	Итого стоимость дня, выход	147,64	1545	1290,38	41,19	41,19
	СРЕДА					
	1-й завтрак					
173	Каша молочная геркулесовая с маслом	18,38	200	308,18	7,90	10,08
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,30
14	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03
	2-ой завтрак					
386	Ряженка	13,50	150	75,00	4,35	3,75
	Обед					
112	Суп с макаронными изделиями с курицей	10,71	200	93,60	1,90	4,06
278	Тефтели из говядины	27,33	40	57,10	2,96	3,28
312	Пюре картофельное	11,63	100	91,5	2,04	3,2
331	Соус сметанный с томатом	2,59	25	20,03	0,44	1,25
388	Компот из шиповника	6,60	150	66,15	0,51	0,21
Н	Хлеб пшеничный	4,90	2/30	70,14	2,37	0,30
	Уплотненный полдник					
399	Блинчики со сгущ. молоком	22,69	10/80	147,34	4,35	2,48
375	Чай с сахаром	2,15	215	3,01	0,43	0,11
338	Фрукт 1 шт.	20,00	60	56,40	0,72	0,48
	Итого стоимость дня, выход	151,21	1540	1146,74	30,51	33,16
	ЧЕТВЕРГ					
	1-й завтрак					
181	Каша жидкая манная (с маслом и сахаром)	17,64	150	198,41	4,17	7,3
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03
15	Сыр	9,15	10	36	2,32	2,95
14	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,30
	2-ой завтрак					
350	Кисель	5,80	150	83,70	0,06	0,03
	Обед					
112	Суп гороховый с курицей	11,72	200	118,60	4,40	4,22
294	Котлета куриная с соусом	28,06	75	123,00	6,34	7,39
171	Ячка отварная	3,02	100	188,24	5,21	5,62
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	132,80	0,66	0,08
Н	Хлеб пшеничный	4,90	2/30	70,14	2,37	0,30
	Уплотненный полдник					
24	Салат винегрет	14,00	100	42,36	0,57	3,64
Н	Печенье	4,00	20	82,90	1,67	2,6
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03
Н	Хлеб пшеничный	2,45	30	70,14	2,37	0,30
	Итого стоимость дня, выход	119,89	1550	1169,65	32,81	38,90

	ПЯТНИЦА					
	1-й завтрак					
173	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	18,54	200	320	7,86	10,06
378	Чай с молоком	4,18	200	75,34	1,42	1,26
14	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,30
	2-ой завтрак					
388	Напиток из плодов шиповника	6,60	150	66,15	0,51	0,21
	Обед					
96	Рассольник Ленинградский с курицей	13,31	200	85,80	1,62	4,08
290	Курица тушеная в соусе	27,82	50	75,00	5,89	5,06
309	Макаронные изделия отварные	4,33	100	112,3	3,68	3,01
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	132,80	0,66	0,08
Н	Хлеб пшеничный	4,90	2/30	70,14	2,37	0,30
	Уплотненный полдник					
210	Омлет	18,36	53	102,35	4,93	8,78
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03
Н	Хлеб пшеничный	2,45	30	70,14	2,37	0,30
20	Салат из св капусты	10,00	60	39,96	0,45	3,61
	Итого стоимость дня, выход	127,49	1553	884,55	34,30	40,71



ООО «Шик»