



Директор
Углегорска
Шестаков А.В./

МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1-4 завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	54,08	11,80	31,10	3,20	339,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	14,32	8,50	6,80	38,40	249,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	11,41	0,10	0,10	25,60	104,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,49	2,00	0,30	12,70	61,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,69	2,30	0,20	15,10	71,00
Итого				86,99	24,70	38,50	95,00	824,00
5-9 тжс завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	54,40	11,80	31,50	3,00	343,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	14,31	8,50	7,10	38,40	251,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	11,38	0,10	0,10	25,50	104,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,49	2,00	0,30	12,70	61,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,69	2,30	0,20	15,10	71,00
Итого				87,26	24,70	39,20	94,70	830,00
5-9 иные завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	54,40	11,80	31,30	3,20	342,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	14,31	8,50	6,80	38,40	248,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	11,38	0,10	0,10	25,60	104,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,49	2,00	0,30	12,70	61,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,69	2,30	0,20	15,10	71,00
Итого				87,26	24,70	38,70	95,00	826,00
1-4 ОБЗ завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	250	26,38	8,10	12,20	32,40	272,00
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,90	3,80	3,10	24,50	142,00
2008		БАТОН	40	7,07	3,20	0,40	19,60	95,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	12,46	2,30	3,00	0,00	36,00
Итого				62,81	17,40	18,70	76,50	545,00
1-4 ОБЗ обед								
<i>Обед</i>								
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	27,31	7,10	10,20	6,80	148,00
2008	259	ГУЛЯШ	50/50	53,49	11,80	32,50	5,30	361,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	14,02	8,40	6,80	38,00	246,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	11,46	0,10	0,10	25,90	105,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,69	2,30	0,20	15,10	71,00
Итого				109,97	29,70	49,80	91,10	931,00
5-9 ОБЗ завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	250	26,38	8,00	11,90	32,80	271,00
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,79	3,70	3,00	24,40	141,00
2008		БАТОН	40	4,53	3,20	0,40	19,60	95,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	11,85	2,30	3,00	0,00	36,00
2008		ЯБЛОКО	100	29,50	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				89,05	17,60	18,70	86,60	590,00
5-9 ОБЗ обед								
<i>Обед</i>								
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	27,31	7,10	9,70	6,80	143,00
2008	259	ГУЛЯШ	50/50	53,72	11,90	32,40	5,60	362,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	14,02	8,50	6,40	38,30	244,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	11,33	0,10	0,10	25,50	104,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,69	2,30	0,20	15,10	71,00
2008		ЯБЛОКО	150	44,25	0,60	0,60	14,70	71,00
Итого				154,31	30,50	49,40	106,00	995,00
ГПД								
<i>Полдник</i>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	100	17,53	5,80	3,00	31,50	175,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,80	0,00	0,00	19,40	77,00
Итого				26,33	5,80	3,00	50,90	252,00

повар

Корнилова Е.Н

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 722671968566237128169706768058107758750791459271

Владелец Шестак Анна Владимировна

Действителен с 05.11.2024 по 05.11.2025