



Утверждаю директор
ООО "Комбинат общественного питания"



Ю.Козырева
30.09.2024 (понедельник)

Березники ШУ Комплекс корп ОБЗ 173,07р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<u>Завтрак</u>						
810	Бутерброд с сыром	50	6,98	6	17,14	147,8
850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная	300	10,09	13	43,19	332,1
919	Какао с молоком	200	3,87	4	20,08	190
Итого за Завтрак		550	20,94	23	80,41	669,9
<u>Обед</u>						
139,04	Суп картофельный с горохом	200	3,86	4	15,35	112,4
437,06	**Гуляш из мяса свинины	100	11,21	28	3,86	240,2
1 006	Огурцы соленые	20	0,16		0,34	2,6
516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,77	4	46,46	255,3
1 188	Чай с сахаром	200			15,97	63,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	8,7	54,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
976,03	Фрукт (яблоко)	120	0,56	1	13,72	65,8
Итого за Обед		880	27,4	39	114,1	846,7
Итого за день		1 430	48,34	62	194,51	1 516,6

