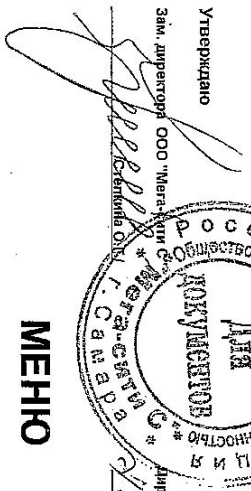


Утверждено

Зам. директора ООО "Мета-Сити" *Мета-Сити*
Стефанова О.И. Г.С.А.М.В.Р.



МЕНЮ

На 01 июня 2026г.



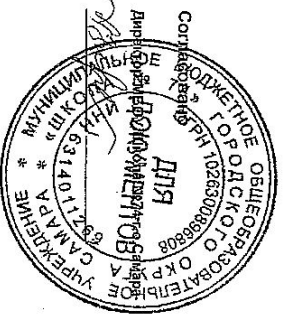
Наименование блюда	Выход	Е(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Масло сливочное	10гр.	0,1	7,2	0,13	65,72
Майо вареное	40гр.	5,08	4,60	0,28	62,84
Сыр порционный	20 гр.	4,94	5,90		71,86
Каша молочная из рисовой крупы	200/10гр.	6,00	10,85	42,94	294,00
Каша с молоком	200гр.	3,78	0,67	26,00	125,11
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34
Всего в завтрак:	550гр.	26,04	29,89	109,95	617,87
Обед:					
Салат из моркови с яблоками	75гр.	0,65	3,92	5,91	61,43
Рассольник ленинградский с телячьим языком	250/10/10/3гр.	4,80	7,80	11,92	151,61
Котлета рубленая из телячьих котлет с соусом	50/50гр.	8,04	9,06	9,50	154,00
Макаронные изделия отварные	150гр.	5,10	7,50	28,50	201,90
Чай с сахаром	200гр.	0,53		9,47	40,00
Хлеб пшеничный	2/30гр.	4,74	0,90	28,98	140,28
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97
Всего в обед:	689гр.	29,34	29,31	109,10	618,59
Всего за день:		51,38	59,17	219,05	1836,06
Стоимость: 18341 руб.					

Повар

Калькулятор

Утверждаю

Зам. директора ООО "Медведь" И.И. Савицкий

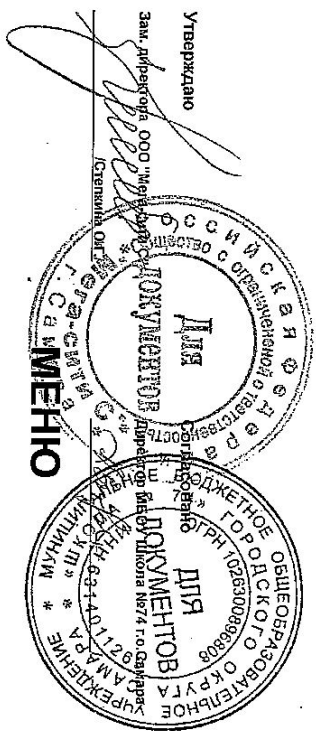


На 02 июня 2026г.

Наименование блюда	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Омлет натуральный	105/6гр.	10,78	19,20	2,04	224,00
Каша вязкая молочная геркулесовая	200/10гр.	8,31	13,12	37,83	303,00
Кофейный напиток с молоком	200гр.	3,17	2,68	15,95	100,60
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34
Всего на завтрак:	990гр.	28,70	35,64	96,42	825,94
Обед:					
Винегрет овощной	80гр.	1,30	4,96	7,12	78,30
Щи из свеж. капусты с картошкой и грибами с зеленью	250/10/10/3гр.	2,13	7,76	7,87	96,08
Пюре из говядины	50/30гр.	14,55	16,79	2,89	221,00
Рис отварной	150гр.	3,67	5,42	38,67	210,11
Компот из сухофруктов	200гр.	1,16	0,30	47,26	132,80
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,69	0,33	14,82	68,97
Всего в обед:	863гр.	26,86	35,86	131,12	977,40
Всего за день:		55,56	71,50	227,54	1703,34
Стоимость: 183,41 руб.					

Получено

Калькулятор



На 03 июня 2026г.

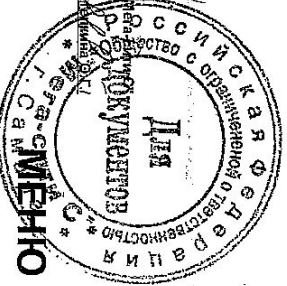
Наименование блюда	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Пудинг из творога с яблоками с молоком стужен.	100/16гр.	12,08	9,45	30,95	257,33
Каша жидкая молочная пшеница	200/10гр.	7,51	11,72	37,05	285,00
Чай с сахаром, молоком	200гр.	1,52	1,35	15,90	81,00
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34
Всего в завтрак	595гр.	27,55	23,16	124,50	821,67
Обед:					
Салат картофельный с кукурузой и морковью	76гр.	2,27	4,77	17,79	123,15
Суп картофельный с фасолью, луком и зеленью	250/10/3гр.	6,90	7,62	19,27	172,97
Птица тушеная в соусе	50/50гр.	11,65	11,66	3,51	166,00
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.	8,90	4,10	39,84	231,96
Компот из свежих ягод	200гр.	0,52	0,18	24,84	116,60
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97
Всего в обед	849гр.	34,29	28,96	184,66	949,69
Всего за день		61,84	52,12	259,08	1771,38
Стоимость: 18341 руб					

Повар

Калькулятор

Утверждено

Зам.директора ООО



На 09 июня 2026г.

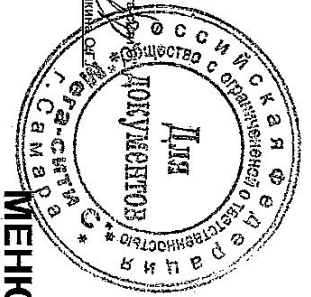
Наименование блюд	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Омлет свежий	80гр.	0,48	0,06	1,50	8,48
Птица тушеная в соусе	50/50гр.	11,50	8,57	2,90	134,70
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.	8,90	4,10	39,84	231,86
Кисель с молоком	200гр.	3,78	0,87	28,00	125,11
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	188,34
Всего за завтрак:	840гр.	31,10	14,04	110,84	599,47
Обед:					
Салат из белочечной капусты с морковью	75гр.	1,00	4,58	6,39	70,59
Сотлинка со сметаной с зеленью	250/10/1гр.	7,23	5,13	22,30	180,75
Котлета рубленая из птицы с соусом	50/50гр.	8,04	9,06	9,50	154,00
Макаронные изделия отварные	150гр.	5,10	7,50	28,50	201,90
Чай с сахаром	200гр.	0,53		9,47	40,00
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97
Всего за обед:	840гр.	25,95	26,88	109,47	786,35
Всего за день:		57,05	40,92	216,31	1384,82
Сумма: 1884,82					

Повар

Калькулятор

Утверждаю

[Handwritten signature]



МЕНЮ

На 10 июня 2026г.

Наименование блюда	Выход	Б(г)	Ж(г)	У(г)	Ккал
Завтрак:					
Масло оливочное	10г.р.	0,10	7,20	0,13	65,72
Укроп вареное	40г.р.	5,08	4,60	0,28	63,00
Каша вязкая молочная из риса и пшена	200г.10г.р.	6,08	11,19	33,48	260,00
Кофейный напиток с молоком	200г.р.	3,17	2,68	15,95	100,60
Кондитерское изделие конфеты	30г.р.	1,50	0,04	11,39	52,00
Батон	235г.р.	6,44	0,54	40,60	198,34
Сумма завтрака	560г.р.	22,37	26,35	101,80	739,66
Обед:					
Салат из свежих овощей	75г.р.	0,82	4,53	2,84	55,43
Суп картофельный с крупной рисовой глицей и зеленью	250г.10г.р.	1,95	2,67	11,98	84,95
Рыба тушеная с овощами (минтай)	60г.50г.р.	13,41	6,81	5,22	144,37
Пюре картофельное	150г.р.	3,08	2,33	19,13	108,73
Компот из смеси сухофруктов	200г.р.	1,16	0,30	47,26	132,80
Хлеб пшеничный	280г.р.	4,74	0,60	28,99	140,28
Хлеб ржаной	230г.р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Сумма обеда	918г.р.	28,52	17,90	145,05	805,50
Всего за день:	50189г.	50,89	44,25	246,85	1545,16
Стоимость: 18341 руб.					

Повар

Калькулятор

[Handwritten signature]