

ООО "Фирма ОКНИКС"

Ежедневное меню

Дата

Вторая неделя

№ ТК	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)		
			Б	Ж	У

В Т О Р Н И К

ЗАВТРАК					
108	Макароны, запеченные с яйцом	1/200	10,2	11,84	35,212
113	Кофейный напиток	1/200	1,452	1,5	22,314
101	Хлеб	2/30	4,56	0,54	28,02
ИТОГО ЗАВТРАК:			16,212	13,88	85,546
Норма физ.потребностей В ККАЛ:		доп.откл.	24,88	25	107,0
фактическое отклонение в %:		+,-5%	-35	-44,5	-20,1
ОБЕД					
88	Суп картофельный с крупой рисовой	1/250	1,993	2,5146	23
106	Консервы в собственном соку (сайра)	1/20	3,66	4,66	0
7	Гуляш из говядины	1/75/75	21,958	22,895	9,915
39	Капуста тушеная	1/180	4,04	4,95	16,68
34	Компот из свежих яблок	1/200	0,16	0,16	27,867
101	Хлеб	4/30	9,12	1,080	56,04
ИТОГО ОБЕД:			40,931	36,2596	133,502
Норма физ.потребностей В ККАЛ:		доп.откл.	34,83	35	149,8
фактическое отклонение в %:		+,-5%	17,5	3,6	-10,9
УЖИН					
10	Печень жареная с луком	1/100	21,789	10,33	8,9
42	Картофель тушеный	1/230	4,67	16,88	34,36
112	Чай с сахаром и лимоном	1/200/7	0,263	0,058	15,235
101	Хлеб	3/30	6,84	0,810	42,03
ИТОГО УЖИН:			33,562	28,078	100,525
Норма физ.потребностей В ККАЛ:		доп.откл.	29,85	30	128,4
фактическое отклонение в %:		+,-5%	12,4	-6,4	-21,7

Энергетическая ценность

288
109
135
531,772
752,5
-29,33
123
56
334
142
114
270
1038
1053,5
-1,47
216
308
63
203
789,01
903,0
-12,62