

Обеды 2 неделя апрель 2025

номер рецептур	Наименование блюд	выход	цена	белки	жиры	углеводы	энерг/ц
	Понедельник						
99	Суп картофельный с горохом	200	14,84	2,34	3,83	13,61	98,79
282	Биточки из говядины с/м	65	65,62	12,20	13,39	6,56	202,00
209	Макароны отварные	125	9,99	3,68	3,53	23,55	140,73
394	Компот из св.фруктов	200	6,96	0,16	-	14,99	60,64
	Хлеб пшеничный	40	2,59	2,25	0,23	14,77	70,50
	Итого	630	100,00	20,63	20,98	73,48	572,66
	Вторник						
91	Рассольник ленинградский	200	21,63	1,92	4,23	13,33	101,87
295	Котлеты из филе птицы с/с	70/35	45,31	12,78	14,51	5,91	205,32
312	Пюре картофельное	150	25,77	4,38	4,28	26,09	160,77
430	Чай с сахаром	200	2,97	0,12	-	12,04	48,64
	Хлеб пшеничный	60	4,32	2,60	0,40	30,10	142,10
	Итого	715	100,00	21,80	23,42	87,47	658,70
	Среда						
113	Суп лапша домашняя	200	9,69	2,45	4,89	13,91	109,38
244	Плов из говядины	120	79,03	24,33	20,69	33,71	418,37
394	Компот из св.фруктов	200	6,96	0,16	-	14,99	60,64
	Хлеб пшеничный	60	4,32	2,60	0,40	30,10	142,10
	Итого	725	100,00	29,54	25,98	92,71	730,49
	Четверг						
82	Борш из св. капусты с картофелем	200	16,28	1,52	4,61	9,89	89,22
284	Тефтели с соусом	70/30	51,84	34,50	41,62	5,44	534,29
312	Пюре картофельное	130	22,33	4,38	4,28	26,09	160,77
394	Компот из св. фруктов	200	6,96	0,16	-	14,99	60,64
	Хлеб пшеничный	40	2,59	2,60	0,40	17,00	81,60
	Итого	670	100,00	43,16	50,91	73,41	926,52
	Пятница						
100	Суп картофельный с макаронами	200	13,79	2,83	2,86	21,76	124,09
290	Птица тушеная в соусе	115	61,90	10,50	6,28	10,69	141,47
323	Гречка отварная	130	13,03	5,82	3,60	30,00	175,87
394	Компот из св. фруктов	200	6,96	0,16	-	14,99	60,64
	Хлеб пшеничный	60	4,32	2,60	0,40	30,10	142,10
	Итого	705	100,00	21,91	13,14	107,54	644,17
	Всего	3445	500,00	137,04	134,43	434,61	3532,54

Генеральный директор
ООО "Олимп"

Тамова И.Г.



№	Наименование	выход	цена	белки	жиры	углеводы	энерг/ц
Понедельник							
106	Суп лапша домашняя	200	9,69	2,30	3,90	11,50	90,30
282	Котлеты из говядины	60	60,98	10,40	14,20	8,70	204,10
323	Каша гречневая рассыпчатая	130	13,25	3,12	4,00	32,67	178,53
442	Сок фруктовый	200	11,76	8,35	1,00	0,20	19,80
	Хлеб пшеничный	60	4,32	2,60	0,40	30,10	142,10
	Итого	650	100,00	26,77	23,50	83,17	634,83
Вторник							
43	Свекольник со сметаной	200	20,23	2,00	4,60	13,20	106,00
290	Птица тушеная в соусе	110	60,54	4,38	4,28	26,09	160,77
209	Макаронь отварные	100	7,95	4,55	4,00	26,65	162,71
394	Компот из св фруктов	200	6,96	0,20	0,20	27,90	115,00
	Хлеб пшеничный	60	4,32	2,60	0,40	30,10	142,10
	Итого	670	100,00	13,73	13,48	123,94	686,58
Среда							
99	Суп картофельный с горохом	200	14,84	5,10	3,60	14,90	112,80
295	Котлеты из филе птицы	65	41,34	11,30	19,70	10,50	264,90
312	Пюре картофельное	120	21,02	2,56	4,24	17,12	117,04
394	Компот из сухофруктов	200	6,96	0,00	0,00	19,40	77,40
	Хлеб пшеничный	60	4,32	2,60	0,40	30,10	142,10
	Плоды свежие(яблоки)	130	11,52	0,50	0,50	12,70	61,10
	Итого	775	100,00	22,06	28,44	104,72	775,34
Четверг							
100	Суп картофельный с макаронами	200	13,79	3,10	2,20	16,00	96,80
244	плов из говядины	115	74,93	24,33	20,69	33,71	418,37
394	Компот из св фруктов	200	6,96	0,20	0,20	27,90	115,00
	Хлеб пшеничный	60	4,32	2,60	0,40	30,10	142,10
	Итого	575	100,00	30,23	23,49	107,71	772,27
Пятница							
82	Борщ из св. капусты с картофелем	200	16,28	1,60	4,60	10,10	90,70
234	Котлеты рубленые из филе минтая	70/35	41,87	12,20	21,70	26,20	354,00
312	Пюре картофельное	150	25,77	3,20	5,30	21,40	146,30
442	Сок фруктовый	200	11,76	8,35	1,00	0,20	19,80
	Хлеб пшеничный	60	4,32	2,60	0,40	30,10	142,10
	Итого	610	100,00	27,95	33,00	88,00	752,90
	Всего	3280	500,00	120,74	121,91	507,54	3621,92

Генеральный директор
ООО "Олимп"

Директор



Тамова И.Г.

Эбзев М.М.