

Меню-заказ

**Столовая:** Столовая 1  
**Дата:** 20.12.2009 Воскресенье  
**Группа:** взрослые  
**Диета:** 15 стандартная

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Хим. состав (г)			Калории	Область применения	Номера места за столом							
							1 смена				2 смена			
		Белки	Жиры	Углеводы			1	2	3	4	1	2	3	4
Завтрак														
_____ БУФЕТ _____														
СУП0021    Щи из капусты квашеной с картофелем.	15	0,24	0,39	0,46	6	2,15								
ЗАК0078    Икра лососевая	20	5,87	2,06	1,35	47	15,5,9								
НП00052    Отвар шиповника	150	0,68		4,30	165	15,5,9								
_____ ЗАКУСКА _____														
ЗАК0200    Салат свекла,морковь,яблоко м/р.	85	2,52	9,13	13,26	145	15,5,9								
АЯ00010    Масло растительное.	10		9,40		84	15,5,9								
АЯ00010    Масло растительное.	5		4,70		42	15,5,9								
ЗАК0179    Салат помидоры,огурцы,перец. б/з	130	1,26	0,13	4,28	23	15,5,9								
_____ ОСНОВНОЕ _____														
ГАР0008    Каша гречневая рассыпчатая.	150	5,96	4,65	0,70	68	15,5								
ОСН0090    Гуляш из говядины.б/к	107	17,76	16,81	6,37	248	15,5								
ГАР0002    Картофельное пюре.	210	4,38	4,94	27,76	173	15,5,9								
РЫБ0005    Рыба по-русски(судак).	102	19,97	10,89	6,47	204	15,5,9								
ОСН0109    Омлет с зеленым горошком.	265	19,25	24,80	7,63	331	15,9								
_____ ВТОРОЕ _____														
ВТ00036    Творог со сметаной.	120	13,69	11,46	0,58	160	15,5,9								
ВТ00007    Каша перловая молочная.	200	7,48	7,81	11,35	146	15,5								
_____ НАПИТКИ, ФРУКТЫ, ХЛЕБ _____														
АЯ00001    Хлеб черный	50	3,43	0,57	0,59	21	15,5,9								
АЯ00002    Хлеб белый.	50	4,35	0,75	19,35	102	15,9,5								
НП00014    Чай с сахаром	225	0,40		25,00	100	15								
Обед														
_____ ЗАКУСКА _____														
ЗАК0091    Салат из моркови свежей с чесноком.	140	2,03	13,50	7,66	160	15								
ЗАК0146    Филе лосося соленое.	38	8,04	4,18	2,94	82	15,5,9								
ГЗ00002    Зеленый горошек.	32	0,96	0,07	1,92	12	15,5,9								
_____ СУП _____														
СУП0008    Рассольник по домашнему	500	11,90	14,40	43,30	351	15								
СУП0060    Рассольник диетический	500	11,90	14,40	43,30	351	15,5								
СУП0037    Суп молочный с вермишелью	500	14,16	14,75	22,27	278	15,5,9								
СУП0067    Уха Краснодарская	500	17,74	5,37	19,28	196	15,5								
_____ ОСНОВНОЕ _____														
ОСН0124    Голубцы любительские.	330	19,80	20,24	22,72	352	15								

ГАР0007	Рис отварной.	150	3,33	3,63	0,38	48	15,5												
ОСН0077	Поджарка из печени.	91	18,76	8,91	7,60	186	15												
РЫБ0013	Рыба запеченая(судак).	75	15,23	4,05	0,06	98	15												
ГАР0002	Картофельное пюре.	210	4,38	4,94	27,76	173	15,5,9												
СОУС020	Соус томатный.	50	1,60	3,26	8,50	70	15,9												
_____НАПИТКИ, ФРУКТЫ, ХЛЕБ_____																			
НП00046	Сок мультивитамин.	200	0,94		24,93	103	15,5,9												
АЯ00001	Хлеб черный	50	3,43	0,57	0,59	21	15,5,9												
АЯ00002	Хлеб белый.	50	4,35	0,75	19,35	102	15,9,5												
НП00048	Компот из сухофруктов.	200	0,50	0,07	26,54	109	15,5												
АЯ00001	Хлеб черный	50	3,43	0,57	0,59	21	15,5,9												
АЯ00002	Хлеб белый.	50	4,35	0,75	19,35	102	15,9,5												
Ужин																			
_____ОСНОВНОЕ_____																			
ОСН0066	Картофель по-домашнему с мясом.	290	21,27	20,68	34,54	409	15												
ОСН0015	Говядина отварная.	60	16,85	16,74	0,86	221	15,5,9												
ГАР0007	Рис отварной.	150	3,33	3,63	0,38	48	15,5												
СОУС027	Соус помидорно-чесночный.	40	2,18	4,55	10,08	90	15,9												
ОСН0117	Омлет с ветчиной.	262	23,52	24,16	6,99	339	15												
_____ВТОРОЕ_____																			
ВТ00034	Пудинг творожный. б/з	140	16,49	12,11	10,51	217	15,5,9												
АЯ00034	Сметана.	20	0,52	3,00	0,64	32	15,5,9												
ВТ00042	Оладьи мучные. б/з	90	6,23	14,95	37,20	308	15												
АЯ00042	Мед.	20	0,15		14,61	59	15,5,9												
СЛ00011	Яблоко печеное с сахаром.	200	0,93	0,87	12,89	63	15,5												
_____НАПИТКИ, ФРУКТЫ,ХЛЕБ_____																			
НП00019	Чай с лим.и сахар	215	0,60		25,90	106	15												
АЯ00001	Хлеб черный	50	3,43	0,57	0,59	21	15,5,9												
АЯ00002	Хлеб белый.	50	4,35	0,75	19,35	102	15,9,5												
АЯ00049	Кефир порционный.	200	5,15	4,80	8,20	97	15,5,9												
АЯ00001	Хлеб черный	50	3,43	0,57	0,59	21	15,5,9												
АЯ00002	Хлеб белый.	50	4,35	0,75	19,35	102	15,9,5												
на весь день																			
АЯ00003	Соль	10					15,5,9												
АЯ00007	Томат-паста.	10	0,46		1,65	8	15,5,9												
АЯ00008	Перец черн.гор	0,5					15,5,9												
АЯ00012	Горчица.	1					15,5,9												
АЯ00018	Укроп	7	0,18	0,04	0,27	2	15,5,9												
АЯ00019	Петрушка	7	0,26	0,03	0,46	3	15,5,9												
АЯ00020	Лук зеленый	8	0,10		0,25	1	15,5,9												
АЯ00030	Соль экстра.	10					15,5,9												
АЯ00009	Перец молотый.	0,5					15,5,9												
витамин.стол																			
ДОБ0002	Капуста квашеная,лук масло растительное.	40	0,76	4,40	1,75	50	15,5,9												
ДОБ0013	Морковь свежая с маслом растительным.	25	0,29	1,78	1,57	23	15,5,9												

ДОБ0022	Редька	37		2,64		24	15,5,9										
ДОБ0014	Свекла свежая с маслом растительным.	25	0,34	1,78	1,98	25	15,5,9										
ДОБ0004	Лук репчатый.	22	0,33	1,76	3,90	33	15,5,9										
ДОБ0003	Свекла отварная.	25	0,34	0,02	1,98	9	15,5,9										
ДОБ0012	Огурцы консервированные.	35					15,5,9										
ДОБ0005	Перец болгарский.	24	0,29		1,16	6	15,5,9										

Если заказ не сделан, отпускается дежурное блюдо