

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО "Интеграл"  
Шаяпов Н.А.

## ПОНЕДЕЛЬНИК

### Обед

№	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углев оды	Эн. ценность, кКалл
1	Каша гречневая рассыпчатая	150/5	7,28	4,68	29,99	194,00
2	Сосиска отварная	60	6,24	13,4	0,9	149,60
3	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	35,00
4	Хлеб	40	2,4	0,86	16,74	85,77
	ИТОГО		16,02	18,96	57,5	464,37

## ВТОРНИК

### Обед

№	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Угле воды	Эн. ценность, кКалл
1	Каша рисовая молочная с маслом	200/5	4,3	5,8	29,8	190
2	Пицца	100	26,5	18,1	49,7	474,20
3	Чай с сахаром	200	0,13	0,04	6,27	25
	ИТОГО		30,93	23,94	85,8	689,20

Шеф повар \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО "Интеграл"  
Н.А.Шаяпов

## СРЕДА

### Обед

№	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Угле воды	Эн. ценность, кКалл
1	Плов из курицы	150	14,2	18,4	23,7	320

2	Чай с сахаром	200	0,13	0,04	6,27	25
3	Хлеб	40	2,4	0,86	16,74	85,77
	ИТОГО	16,65	19,3	46,71	430,77	

## ЧЕТВЕРГ

### Обед

№	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углевод	Эн. ценность, кКалл
1	Макаронны отварные с маслом	150/5	5,3	4,2	33,3	196,20
2	Сосиска отварная	200	6,24	13,4	0,9	149,60
3	Чай с сахаром и лимоном	200	0,1	0,02	9,9	35,00
4	Хлеб	40	2,4	0,86	16,74	85,77
	ИТОГО	14,04	18,48	60,84	466,57	

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО "Интеграл"  
\_\_\_\_\_ Шаяпов Н.А.

## ПЯТНИЦА

### Обед

№	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углев оды	Эн. ценность, кКалл
1	Каша перловая рассыпчатая	150	4,3	5,8	29,8	190,00
2	Тефтели из говядины в соусе	60	6,89	9,75	8,02	147,75
3	Хлеб	40	2,4	0,86	16,74	85,77
4	Чай с сахаром	200	0,13	0,04	6,27	25,00
			13,72	16,45	60,83	449,00