

## МЕНЮ

13 октября 2021 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
1995	6,2	КАША МАННАЯ/	250	7,4	10,8	32,6	258	0,9
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
2012	128 а	ЧАЙ С ЛИМОНОМ/	200	0,1		13,2	54	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	60	4	0,5	25,4	122	0
2007	96	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)/	64	8,2	13,5	1	158	0
<b>Итого</b>			<b>634</b>	<b>22,8</b>	<b>41,5</b>	<b>91,9</b>	<b>834</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2003	136	ФРУКТ/	2	3,5	1,2	48,9	224	9,6
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		13	52	0
<b>Итого</b>			<b>232</b>	<b>4,4</b>	<b>2,2</b>	<b>85,1</b>	<b>382</b>	<b>9,6</b>
<b>Обед</b>								
2007	4	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС/	87	1,6	7,6	6,5	101	2,4
2007	31	ЩИ ЗЕЛЁНЫЕ СО СМЕТАНИЙ, ЯЙЦОМ НА М/Б/	300	7,5	8,7	8,7	144	15,4
2007	95	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ/	255	21,4	25,4	26,4	421	12,3
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200	0,3	0,1	24,4	102	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,1	0,9	73	345	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>1022</b>	<b>43,9</b>	<b>43</b>	<b>151,7</b>	<b>1174</b>	<b>30,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
1995	5,25	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЁННЫЕ/	165	25,4	36,1	31,5	557	0,3
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>26,4</b>	<b>36,1</b>	<b>56,9</b>	<b>667</b>	<b>8,3</b>
<b>Ужин</b>								
2007	2	ВИНЕГРЕТ/	160	2,7	9,9	14	157	7
2007	87	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ/	135	19,3	5,7	8,7	164	0,4
2007	58	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ/	205	4,9	11,3	48	313	1,2
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		13,1	53	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	50	3,7	0,3	24,3	115	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	60	4	0,5	25,4	122	0
<b>Итого</b>			<b>810</b>	<b>34,7</b>	<b>27,7</b>	<b>133,5</b>	<b>924</b>	<b>8,6</b>
<b>Ужин 2</b>								
2007	120	РЯЖЕНКА/	175	5,1	4,4	7,3	94	1,4
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
<b>Итого</b>			<b>185</b>	<b>6</b>	<b>5,5</b>	<b>13,8</b>	<b>133</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>138,2</b>	<b>156</b>	<b>532,9</b>	<b>4114</b>	<b>59,7</b>

Зав.складом  
Старшая мед.сестра

Ситько Е.С.  
Клиновицкая Н.Л.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575816

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 14.04.2021 по 14.04.2022