

МЕНЮ

20 октября 2021 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2007	68	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ/	200	5,9	8,9	21,6	190	0,8
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
		СЫРОК ТВОРОЖНЫЙ/	100	8,8	22,3	17,9	309	0,2
2007	117	КАКАО С МОЛОКОМ/	200	5,7	5,7	22,4	165	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	15	1,1	0,1	7,3	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	10	0,7	0,1	4,2	20	0
Итого			540	22,3	49,5	73,5	830	1,8
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	5	4,4	1,5	61,7	282	12,1
2008		ИРИС ПРОМЫШ/	45	4,4	15,6	22,7	249	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
Итого			250	8,9	17,1	94,2	570	12,1
Обед								
2007	14	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С РАСТ.МАСЛОМ/	75	0,7	5	9,9	88	1,8
2007	38	СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б/	250	2,6	6,6	12	119	8,5
2007	91	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРН. ГОВЯД/.	100	17,4	21,5	6,3	288	0,7
1995	8,6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/	100	5,7	4,6	26	168	0
1995	8,32	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ ТУШЕНЫЙ/	70	1,3	5	5,2	71	41,9
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ/	200			14,6	58	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	100	7,4	0,6	48,7	230	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	85	5,6	0,7	36	173	0
Итого			980	40,7	44	158,7	1195	52,9
Полдник								
2003	493	БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ПОМАДКОЙ ЗАПЕЧЁН/	120	9,5	12,2	63,7	402	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
Итого			320	9,6	12,2	73,5	441	0
Ужин								
2003	13	ТОМАТ СВЕЖИЙ/	69	0,8	0,1	2,6	17	17,3
2007	89	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ/	260	8,1	7,1	10,2	139	5,47
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	75	5,5	0,5	36,5	172	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	10	0,7	0,1	4,2	20	0
Итого			614	15,2	7,8	63,3	387	22,77
Ужин 2								
2007	120	РЯЖЕНКА/	214	6,2	5,3	9	115	1,7
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
Итого			224	7,1	6,4	15,5	154	1,7
Всего				103,8	137	478,7	3577	91,27

Зав.складом
Шеф. повар

Ситько Е.С.
Ищенко Т.Г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575816

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 14.04.2021 по 14.04.2022