

## МЕНЮ

### 25 октября 2021 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
1995	6,2	КАША МАННАЯ/	250	7	9,2	31,8	238	0,8
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
2007	96	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)/	61	7,8	13	0,9	152	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12,2	49	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	60	4	0,5	25,4	122	0
<b>Итого</b>			<b>626</b>	<b>22</b>	<b>35,3</b>	<b>89,9</b>	<b>765</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2003	136	ФРУКТ/	1	0,7	0,7	16,7	80	7
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12,2	49	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
<b>Итого</b>			<b>231</b>	<b>3,1</b>	<b>3,6</b>	<b>51,2</b>	<b>254</b>	<b>7</b>
<b>Обед</b>								
2003	32	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ/	300/45	10,8	12,2	16	216	7,8
2007	90	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ/	165	22,3	8,3	21	247	1,2
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ/	240	5,3	4,7	32,2	194	16,3
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200	0,5	0,1	25,8	108	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	100	7,4	0,6	48,7	230	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	95	4,5	18,6	6,7	213	5,71
<b>Итого</b>			<b>1185</b>	<b>53,4</b>	<b>44,9</b>	<b>167,4</b>	<b>1290</b>	<b>31,21</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2008	К/к	КРУАССАН	70	5,1	3	51,6	199	0
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>6,1</b>	<b>3</b>	<b>77</b>	<b>309</b>	<b>8</b>
<b>Ужин</b>								
2007	2- с	САЛАТ ИЗ КИТАЙСКОЙ КАПУСТЫ С Р/М/	125	3,1	10,3	3,2	120	58,4
1995	2,15	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННЫЕ/	100	14,8	13,9	6,4	209	0,2
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	225	4,8	6,5	27,7	190	12,9
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12,2	49	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	100	7,4	0,6	48,7	230	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>800</b>	<b>33,5</b>	<b>31,7</b>	<b>119,4</b>	<b>900</b>	<b>71,5</b>
<b>Ужин 2</b>								
2007	120	РЯЖЕНКА/	194	5,6	4,9	8,2	105	1,6
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
<b>Итого</b>			<b>204</b>	<b>6,5</b>	<b>6</b>	<b>14,7</b>	<b>144</b>	<b>1,6</b>
<b>Всего</b>				<b>124,6</b>	<b>124,5</b>	<b>519,6</b>	<b>3662</b>	<b>120,11</b>

Зав.складом  
Старшая мед.сестра

Ситько Е.С.  
Клиновицкая Н.Л.