

МЕНЮ**6 ноября 2021 г.**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2007	68	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧ/	250	8,7	9,7	33,9	260	1,1
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,5	0,1	50	0
1995	4,1	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ/	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2007	117	КАКАО С МОЛОКОМ/	240	12,8	10,4	24,3	248	0,9
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			607	31,2	30,7	90,2	770	2
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	1	0,7	0,7	16,7	80	7
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		13	52	0
Итого			231	3,1	3,6	52	257	7
Обед								
2003	13	ТОМАТ СВЕЖИЙ/	106	1,2	0,2	4	25	26,4
2007	41	СУП РЫБНЫЙ/	300	6,8	3,1	11,7	104	8,4
2003	161	ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ ФАРШИР. КАПУСТОЙ/	105	13,7	16,6	7,5	235	6,8
1995	8,14	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ/	165	7,2	9	45,7	291	0
2007	122	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА/	200	0,5	0,1	27,3	114	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	107	7,9	0,7	51,9	245	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	67	4,4	0,6	28,3	136	0
Итого			1050	41,7	30,3	176,4	1150	41,8
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
1995	5,16	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛ	270/20	36,7	43,7	31,1	671	0,9
Итого			490	37,7	43,7	56,5	781	8,9
Ужин								
2007	4	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС/	145	2,7	12,5	10,9	168	4,1
1995	3,81	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ/	105	19,3	1,1		88	0,2
2007	53	КАРТОФЕЛЬ, ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧ. С Р/М/	230	4,2	7,4	34	218	17,2
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		13	52	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	37	2,7	0,2	17,8	84	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	93	6,2	0,8	39,6	190	0
Итого			810	35,2	22	115,3	800	21,5
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	258	7,2	6,5	11,6	146	1,8
		СУХАРИ/						0
Итого			258	7,2	6,5	11,6	146	1,8
Всего				156,1	136,8	502	3904	83

Зав.складом
Старшая мед.сестраСитько 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