

МЕНЮ

24 ноября 2021 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2007	68	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧ/	200	6,5	9,2	25,3	211	0,8
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ/	200	2,9	3,1	14,4	98	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	20	1,3	0,2	8,5	41	0
1995	4,1	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ/	40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			515	18,7	29,6	68,1	615	1,3
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/		3,2	1,1	45,2	207	8,9
2008		ИРИС ПРОМЫШ/	40	3,9	13,9	20,2	222	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
Итого			240	7,2	15	75,2	468	8,9
Обед								
2007	11	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С Р/М/	75	0,8	4,9	2,4	57	7,4
2007	41	СУП РЫБНЫЙ/	250	7,7	4,6	9,6	111	4,7
1995	2,15	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННАЯ/	85	13,1	14,6	5,2	204	0,2
2007	57	РАГУ ОВОЩНОЕ/	150	3,7	5,6	16,2	133	12,6
1995	11,114	КИСЕЛЬ ИЗ СВ/Ж ЯГОД/	205	0,1		27,7	113	1,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	100	7,4	0,6	48,7	230	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	60	4	0,5	25,4	122	0
Итого			925	36,8	30,8	135,2	970	26,1
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2007	135	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ/	125	9,1	17,7	48,5	390	1,5
Итого			325	10,1	17,7	73,9	500	9,5
Ужин								
2007	136	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С Р/М/	70	0,5	9,8	1,6	96	2,5
2007	87	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ/	135	18,7	8,1	10,5	190	0,5
2007	58	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ/	145	3,2	8,5	30,6	211	0,8
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	50	3,7	0,3	24,3	115	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			620	27,5	26,9	85,3	692	3,8
Ужин 2								
2007	2,1	КЕФИР/	179	5,2	4,5	7,1	95	1,3
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
Итого			189	6,1	5,6	13,6	134	1,3
Всего				106,4	125,6	451,3	3379	50,9

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