

МЕНЮ

26 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								
1995	6,20	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ/	200	6,5	9,7	23,5	208	0,8
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
2007	27	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	40	8,9	11,3		140	0,1
2007	126	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ/	200	4,8	4,7	24,1	158	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	25	1,8	0,2	12,1	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	10	0,7	0,1	4,2	20	0
Итого			490	22,8	38,4	64	695	1,7
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/		1,2	0,9	30,6	140	6,1
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
Итого			230	2,1	1,9	63,6	285	6,1
Обед								
2007	32	РАССОЛЬНИК НА М/Б СО СМЕТАНОЙ/	250	3	6,8	22,2	164	7,5
1995	2,1	МЯСО ОТВАРНОЕ/	80	22,1	19		259	0
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	200	4,2	6,2	24	170	11,2
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200	0,5	0,1	25,8	108	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	80	5,9	0,5	38,9	184	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	26	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	95	0,8	10,1	4,9	116	30,6
Итого			945	39,1	43,1	132,8	1083	49,5
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2008	К/к	КРУАССАН	70	5	2,9	51,2	197	0
Итого			270	6	2,9	76,6	307	8
Ужин								
2003	13	ТОМАТ СВЕЖИЙ/	35	0,4	0,1	1,3	8	8,7
2007	88	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ/	110	18	10,9	5,5	193	4,05
1995	8,1	РИС ОТВАРНОЙ/	150	3,4	4,5	35,5	196	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	65	4,9	0,4	31,6	149	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			610	30,1	16,3	104,9	687	12,75
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	190	5,3	4,8	8,6	107	1,3
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
Итого			200	6,2	5,9	15,1	146	1,3
Всего				106,3	108,5	457	3203	79,35

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