

МЕНЮ**27 ноября 2021 г.**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
1995	4,6	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЗАПЕЧЁННЫЙ/	160	14,3	17,4	3,9	230	0,4
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2007	96	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)/	88	11,3	18,7	1,3	219	0
2007	117	КАКАО С МОЛОКОМ/	215	6,1	6,2	23,1	174	0,9
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	25	1,8	0,2	12,1	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	10	0,7	0,1	4,2	20	0
Итого			508	34,3	50,9	44,7	775	1,3
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	1	0,7	0,7	16,7	80	7
2008		ИРИС ПРОМЫШ/	15	1,5	5,2	7,6	83	0
2007	129	ОТВАР ШИПОВНИКА/	200	0,5	0,2	16,7	80	66
Итого			216	2,7	6,1	41	243	73
Обед								
2007	18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С Р/М И СЕЛЬДЬЮ/	70	1,5	5,5	5,4	76	2,6
2007	30	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б/	250	3,4	6,7	15,1	136	22,9
2007	95	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ/	215	19,1	24,3	20,9	378	9,6
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/	65	4,3	0,6	27,6	133	0
Итого			900	35,7	37,7	132,3	1011	35,1
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
1995	5,16	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛ	210/20	27,7	35,2	45,4	613	0,8
Итого			430	28,7	35,2	70,8	723	8,8
Ужин								
2007	2	ВИНЕГРЕТ/	70	1,1	5	6,2	74	3,2
2007	102	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ/	120	24,5	7,4	5,8	217	18,6
1995	8,14	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ/	140	6	8,8	37,7	253	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/	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			615	37,9	21,8	99,6	773	21,8
Ужин 2								
2007	2,1	КЕФИР/	232	6,7	5,8	9,3	123	1,6
		СУХАРИ/	20	1,6	2,1	12,9	77	0
Итого			252	8,3	7,9	22,2	200	1,6
Всего				147,6	159,6	410,6	3725	141,6

Диетическая сестра
Шеф. поварБойко В. Г.
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