

МЕНЮ**28 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/	210	7,4	10,2	26,8	231	1
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ/	200	3,6	3,9	15,5	112	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	25	1,8	0,2	12,1	57	0
2012	216	ОМЛЕТ С СЫРОМ ЗАПЕЧЁН/	100	10,6	18,5	1,8	217	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	10	0,7	0,1	4,2	20	0
Итого			560	24,2	45,3	60,5	749	1,8
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		9,8	39	0
Итого			231	3,1	3,6	48,8	244	7
Обед								
2007	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ/	75	0,2	4,9	0,7	48	1,2
2007	38	СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б/	250	3,5	9,2	13,6	151	16,2
1995	2,44	ПЛОВ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ/	200	17,4	17	33	368	17
1995	11,114	КИСЕЛЬ ИЗ СВ/Ж ЯГОД/	240	0,3	0,1	29,1	124	3,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	95	7	0,6	46,3	218	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			905	31,4	32,2	141,8	1001	37,9
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2003	492	БУЛОЧКА СДОБНАЯ ЗАПЕЧЁН/	125	11,4	13,2	68,6	439	0,2
Итого			325	12,4	13,2	94	549	8,2
Ужин								
2007	4	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС/	73	1,4	6,3	5,4	84	2
1995	2,15	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННЫЕ/	80	11,6	13,3	5,2	186	0,2
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ/	155	3,4	4,5	22,8	146	10
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	60	4,5	0,4	29,2	138	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			603	23,3	24,8	87,2	664	12,2
Ужин 2								
2007	120	РЯЖЕНКА/	233	6,8	5,8	9,8	126	1,9
		СУХАРИ/	20	1,6	2,1	12,9	77	0
Итого			253	8,4	7,9	22,7	203	1,9
Всего				102,8	127	455	3410	69

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