

МЕНЮ
30 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	66	КАША МОЛОЧ. "ДРУЖБА"/	200	5,9	8,9	25,4	206	0,8
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
1995	4,1	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ/	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2007	117	КАКАО С МОЛОКОМ/	200	5,7	5,7	22,4	165	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	10	0,8	0,1	4,9	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	10	0,7	0,1	4,2	20	0
Итого			475	18,1	31,7	57,3	587	1,6
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	2	3,5	1,2	48,9	224	9,6
2008		ИРИС ПРОМЫШ/	35	3,4	12,1	17,6	194	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
Итого			237	7	13,3	76,3	457	9,6
Обед								
2003	32	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ/	255/45	13	14,3	10,8	225	5,3
1995	3,81	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ/	150	26,9	1,6		122	0,4
2007	57	РАГУ ОВОЩНОЕ/	140	3,5	5,6	14,6	125	11,7
2007	122	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА/	200	0,5	0,1	27,4	113	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	100	7,4	0,6	48,7	230	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	60	4	0,5	25,4	122	0
2008		ОГУРЕЦ КОНСЕР/	30	0,2		0,5	4	1,5
Итого			980	55,5	22,7	127,4	941	18,9
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2003	493	БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ПОМАДКОЙ ЗАПЕЧЕН/	125	10	12,3	63,8	405	0
Итого			325	11	12,3	89,2	515	8
Ужин								
2007	5	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ ИЗ Б/К/	75	0,9	5	9,8	89	8,2
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНЬЮ/	195	18,5	15,6	16,7	297	17,3
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	80	5,9	0,5	38,9	184	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			580	27,4	21,4	87,9	670	25,5
Ужин 2								
2007	120	РЯЖЕНКА/	350	10,1	8,7	14,7	189	2,8
		СУХАРИ/	20	1,6	2,1	12,9	77	0
Итого			370	11,7	10,8	27,6	266	2,8
Всего				130,7	112,2	465,7	3436	66,4

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