

МЕНЮ**2 декабря 2021 г.**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
1995	6,2	КАША МАННАЯ/	200	5,8	8,4	24,7	198	0,7
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
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/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			525	22,7	35,7	71,4	701	1,3
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	1	0,9	0,7	23,4	107	4,7
2008		ИРИС ПРОМЫШ/	30	2,9	10,4	15,1	166	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
Итого			231	3,9	11,1	48,3	312	4,7
Обед								
2003	73	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ/	100	16,6	13,5	7,6	220	10,8
2007	35	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б/	250	8	4,7	23,2	167	4,4
2007	106	ТЕФТЕЛИ МЯСО-КРУПЯНЫЕ/	115	14,7	16,1	7,9	236	0,3
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	200	4,2	6,2	24	170	11,2
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/	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			1015	54,2	41,5	147,2	1183	26,7
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2003	492	БУЛОЧКА СДОБНАЯ ЗАПЕЧЁН/	120	11,3	13,1	68,4	436	0,2
Итого			320	12,3	13,1	93,8	546	8,2
Ужин								
2007	2	ВИНЕГРЕТ/	80	1,4	5	6,9	78	3,5
2007	87	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ/	130	17,4	8	10,5	184	0,5
1995	8,6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/	150	8,6	6,9	38,8	252	0
2012	128 а	ЧАЙ С ЛИМОНОМ/	200	0,1		14,8	60	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	50	3,7	0,3	24,3	115	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			630	32,5	20,4	103,8	730	4,5
Ужин 2								
2007	2,1	КЕФИР/	348	10,1	8,7	13,9	184	2,4
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
Итого			358	11	9,8	20,4	223	2,4
Всего				136,6	131,6	484,9	3695	47,8

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