

МЕНЮ**3 декабря 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	5,8	9,4	20,5	191	0,8
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	25	1,8	0,2	12,1	57	0
2007	96	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)/	59	7,5	12,4	0,9	146	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	15	1	0,1	6,4	31	0
Итого			514	16,3	34,5	49,8	576	0,8
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	1	0,9	0,7	23,4	107	4,7
2008		ПРЯНИКИ	35	2,1	1,6	26,3	128	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
Итого			236	3,1	2,3	59,5	274	4,7
Обед								
2007	5	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ ИЗ Б/К/	75	0,9	5	9,8	89	8,2
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б/	250	2,1	5,1	14,1	110	8,3
1995	2,44	ПЛОВ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ/	200	17,4	17	33	368	17
2007	123	КОМПОТ ИЗ СВ/М ЯГОД/	200	0,1		15,3	63	1,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	80	5,9	0,5	38,9	184	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	60	4	0,5	25,4	122	0
Итого			865	30,4	28,1	136,5	936	34,7
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	12	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ/	82	0,7	0,1	2,1	12	8,2
1995	2,15	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННАЯ/	80	11,6	13,3	5,2	186	0,2
1995	7,40	КАПУСТА ЦВЕТ. ОТВАРНАЯ, ЗАПЕЧЕН. В СОУСЕ МОЛОЧ/	165	9	10,5	11,4	175	43,4
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	95	7	0,6	46,3	218	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			672	31,7	24,9	96	732	51,8
Ужин 2								
2007	120	РЯЖЕНКА/	209	6,1	5,2	8,8	113	1,7
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
Итого			219	7	6,3	15,3	152	1,7
Всего				94,5	99	433,7	2977	101,7

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