

**МЕНЮ****6 декабря 2021 г.**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
1995	6,20	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ/	200	6,5	9,7	23,5	208	0,8
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
2007	96	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)/	74	9,4	15,6	1,1	182	0
2007	126	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ/	200	4,8	4,7	24,1	158	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
<b>Итого</b>			<b>509</b>	<b>22,3</b>	<b>42,6</b>	<b>57,9</b>	<b>703</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>231</b>	<b>3,1</b>	<b>3,6</b>	<b>48,8</b>	<b>244</b>	<b>7</b>
<b>Обед</b>								
2007	18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И Р/М/	75	1,2	5	6,4	74	2,6
2007	30	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б/	250	2,6	6,7	13,1	125	14,5
2007	91	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРН. ГОВЯД./	105	17,4	21,5	6,3	288	0,7
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	200	4,2	6,2	24	170	11,2
1995	11,114	КИСЕЛЬ ИЗ СВ/Ж ЯГОД/	205	0,1		27,7	113	1,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	90	6,7	0,6	43,8	207	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,3	0,7	33,9	163	0
<b>Итого</b>			<b>1005</b>	<b>37,5</b>	<b>40,7</b>	<b>155,2</b>	<b>1140</b>	<b>30,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2008	К/к	КРУАССАН	70	5	2,9	51,2	197	0
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>6</b>	<b>2,9</b>	<b>76,6</b>	<b>307</b>	<b>8</b>
<b>Ужин</b>								
2003	12	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ/	92	0,7	0,1	2,3	13	9,2
2007	89	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ/	240	6,9	6,1	8,7	118	4,68
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	90	6,7	0,6	43,8	207	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	10	0,7	0,1	4,2	20	0
<b>Итого</b>			<b>632</b>	<b>15,1</b>	<b>6,9</b>	<b>68,8</b>	<b>397</b>	<b>13,88</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008		ЙОГУРТ/	200	5,6	5	9	113	1,4
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>6,5</b>	<b>6,1</b>	<b>15,5</b>	<b>152</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>90,5</b>	<b>102,8</b>	<b>422,8</b>	<b>2943</b>	<b>62,08</b>

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