

МЕНЮ

15 декабря 2021 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2007	68	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ/	200	6,5	9	24,8	206	0,8
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
2007	117	КАКАО С МОЛОКОМ/	200	5,7	5,7	22,4	165	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	15	1,1	0,1	7,3	34	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9		36	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	10	0,7	0,1	4,2	20	0
Итого			450	16,4	30,2	58,8	573	1,7
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/		4	1,4	55,6	254	10,9
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			235	7,5	13,5	83	487	10,9
Обед								
2007	14	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С РАСТ.МАСЛОМ/	75	0,7	5	9,9	88	1,8
2007	38	СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б/	250	3,1	6,7	13,1	126	14,8
2007	91	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРН. ГОВЯД/.	100	17,4	21,5	6,3	288	0,7
1995	8,6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/	100	5,7	4,6	26	168	0
1995	8,32	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ ТУШЕНЫЙ/	75	1,3	5	5,4	72	44,2
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/	80	5,3	0,7	33,9	163	0
Итого			980	40,9	44,1	157,9	1193	61,5
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								
2003	13	ТОМАТ СВЕЖИЙ/	74	0,8	0,1	2,8	18	18,6
2007	89	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ/	245	7,3	6,5	9,3	126	4,96
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	75	5,5	0,5	36,5	172	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	10	0,7	0,1	4,2	20	0
Итого			604	14,4	7,2	62,6	375	23,56
Ужин 2								
2007	120	РЯЖЕНКА/	204	5,9	5,1	8,6	110	1,6
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
Итого			214	6,8	6,2	15,1	149	1,6
Всего				97	113,5	466,6	3292	107,26

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