

МЕНЮ

19 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								
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧ/	210	7,6	10,4	24,3	223	1
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
2007	117	КАКАО С МОЛОКОМ/	235	6,7	6,8	24	186	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	10	0,8	0,1	4,9	23	0
2012	213	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	50	0,7	0,1	4,2	20	0
Итого			560	20,8	34,3	57,8	625	2
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	1	0,7	0,7	16,7	80	7
2008		ПРЯНИКИ	45	2,7	2,1	33,8	165	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
Итого			246	3,5	2,8	60,3	284	7
Обед								
2007	136	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С Р/М/	70	0,5	9,8	1,6	96	2,5
2007	31	ЩИ ИЗ ЗЕЛЁНЫЕ СО СМЕТАНИЙ, ЯЙЦОМ НА М/Б/	250	7,7	14,8	8	197	14,3
1995	2,44	ПЛОВ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ/	200	17,4	17	33	368	17
1995	11,114	КИСЕЛЬ ИЗ СВ/Ж ЯГОД/	225	0,2	0,1	28,5	119	2,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	120	8,9	0,7	58,4	276	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	60	4	0,5	25,4	122	0
Итого			925	38,7	42,9	154,9	1178	36,2
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2007	135	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ/	125	9,3	17,9	48,7	393	1,6
Итого			325	10,3	17,9	74,1	503	9,6
Ужин								
2007	5	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ ИЗ Б/К/	75	0,9	5	9,8	89	8,2
1995	2,15	КОТЛЕТЫ КУРИНАЯ, ЗАПЕЧЁННАЯ/	150	28,7	10,1	9,3	271	1,43
2007	57	РАГУ ОВОЩНОЕ/	155	4	5,9	16,7	139	12,7
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			725	44	22	113,1	858	22,33
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	300	8,4	7,5	13,5	170	2,1
		СУХАРИ/	15	1,3	1,6	9,7	58	0
Итого			315	9,7	9,1	23,2	228	2,1
Всего				127	129	483,4	3676	79,23

Диетическая сестра
Шеф. повар

Бойко 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