

МЕНЮ**23 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/	250	7,3	9,5	29,9	234	0,9
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
2007	27	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	40	8,9	11,3		140	0,1
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	60	4,5	0,4	29,2	138	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			590	22,2	37,9	77,6	742	1
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	1	0,9	0,7	23,4	107	4,7
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
Итого			231	1,8	1,7	56,4	252	4,7
Обед								
2007	26	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С Р/М И СЕЛЬДЬЮ/	100	11,2	20,1	3,4	240	1,9
2007	28	БОРЩ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ/	300	3,2	6,5	19,6	153	15,3
2007	100	МЯСО ОТВАРНОЕ, ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-ДОМАШН/	250	21,4	24,3	23,5	399	11,9
1995	11,114	КИСЕЛЬ ИЗ СВ/Ж ЯГОД/	200	0,1		23,9	98	1,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	100	7,4	0,6	48,7	230	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	110	7,3	1	46,6	224	0
Итого			1060	50,6	52,5	165,7	1344	30,3
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2008	К/к	КРУАССАН	65	5	2,9	51,2	197	0
Итого			265	6	2,9	76,6	307	8
Ужин								
2007	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ/	100	1	5	3,3	64	8
2003	161	ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ ФАРШИР. КАПУСТОЙ/	105	14	20	7,2	264	6,6
1995	8,14	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ/	180	7,1	16,8	44,6	358	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	80	5,9	0,5	38,9	184	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			685	29,4	42,5	112,3	950	14,6
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	210	5,9	5,3	9,5	119	1,5
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
Итого			220	6,8	6,4	16	158	1,5
Всего				116,8	143,9	504,6	3753	60,1

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