

МЕНЮ

11 января 2022 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								
2007	68	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ/	250	4,2	6,5	16,2	141	0,56
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
2007	96	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)/	69	8,8	14,5	1	170	0
Итого			609	18,2	38	59,4	653	0,56
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	2	3,5	1,2	48,9	224	9,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
Итого			232	5,9	4,1	81	388	9,6
Обед								
2007	136	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С Р/М/	105	0,8	9,8	2,3	100	3,9
2007	34	СУП КАРТОФ. С МАКАРОН. ИЗ-МИ НА К/Б/	300	3,5	8,6	23	182	4,2
2007	108	ПТИЦА ОТВАРНАЯ/	120	23,5	20,3		277	1
1995	7,40	КАПУСТА ЦВЕТ.ОТВАРНАЯ,ЗАПЕЧЕН. В СОУСЕ МОЛОЧ/	245	14,8	19,3	17,9	306	60,8
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200	0,5	0,1	30,6	127	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	100	7,4	0,6	48,7	230	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	90	6	0,8	38,2	184	0
Итого			1160	56,5	59,5	160,7	1406	70,1
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
1995	5,25	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЁННЫЕ/	235	36,2	57,5	38,8	821	0,4
Итого			435	37,2	57,5	64,2	931	8,4
Ужин								
2007	11	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С Р/М/	100	1,1	9,8	3	105	10,3
1995	2,15	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННАЯ/	110	14,7	20	5,7	260	0,3
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	220	4,6	10,3	27	218	12,8
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	100	7,4	0,6	48,7	230	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			760	29,9	41	106,9	913	23,4
Ужин 2								
2007	2,1	КЕФИР/	193	5,6	4,8	7,7	102	1,4
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
Итого			203	6,5	5,9	14,2	141	1,4
Всего				154,2	206	486,4	4432	113,46

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