

МЕНЮ**20 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								
1995	6,2	КАША МАННАЯ/	200	5,8	8,4	24,7	198	0,7
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
1995	4,1	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ/	40	4,9	4,5	0,3	61	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			535	16,5	25,9	71,5	585	0,7
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	1	0,9	0,7	23,4	107	4,7
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,9	40	0
Итого			231	3,3	3,6	55,6	272	4,7
Обед								
2007	2- с	САЛАТ ИЗ КИТАЙСКОЙ КАПУСТЫ С Р/М/	90	1,7	5,2	1,2	59	33
2007	28	БОРЩ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ/	250	2,7	6,5	17,9	144	13,3
1995	2,39	АЗУ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ/	105	16,4	18	5	249	3,2
1995	8,6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/	150	8,6	6,9	38,8	252	0
2007	123	КОМПОТ ИЗ СВ/М ЯГОД/	200	0,1		15,3	63	1,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	80	5,9	0,5	38,9	184	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			915	38	37,5	134,1	1033	50,7
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2003	492	БУЛОЧКА СДОБНАЯ ЗАПЕЧЁН/	120	11,3	13,1	68,4	436	0,2
Итого			320	12,3	13,1	93,8	546	8,2
Ужин								
2007	18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И Р/М/	75	1,2	5	6,4	74	2,6
1995	2,15	КОТЛЕТЫ КУРИНАЯ, ЗАПЕЧЁННАЯ/	85	16,4	5,8	5,3	155	0,81
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ/	200	4,3	4,6	29,3	178	13,8
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	70	5,1	0,4	34	161	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			660	29,1	16,1	97,6	669	17,21
Ужин 2								
2007	120	РЯЖЕНКА/	214	6,2	5,3	9	115	1,7
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
Итого			224	7,1	6,4	15,5	154	1,7
Всего				106,3	102,6	468,1	3259	83,21

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