

МЕНЮ**22 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	4,6	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЗАПЕЧЁННЫЙ/	200	14,9	18,1	4,8	242	0,5
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
2007	96	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)/	113	14,4	23,9	1,7	279	0
2007	117	КАКАО С МОЛОКОМ/	265	7,5	7,8	25,4	203	1,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	10	0,7	0,1	4,2	20	0
Итого			633	39,8	62,5	50,8	925	1,7
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	1	0,7	0,7	16,7	80	7
2008		ИРИС ПРОМЫШ/	35	3,4	12,1	17,6	194	0
2007	129	ОТВАР ШИПОВНИКА/	200	0,5	0,2	16,7	80	66
Итого			236	4,6	13	51	354	73
Обед								
2007	18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С Р/М И СЕЛЬДЬЮ/	70	1,5	5,5	5,4	76	2,6
2007	30	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б/	250	2,5	6,7	12,9	124	14,4
2007	95	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ/	245	19,5	24,8	21,7	389	9,7
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ/	200			14,6	58	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	120	8,9	0,7	58,4	276	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	70	4,6	0,6	29,7	143	0
Итого			955	37	38,3	142,7	1066	26,7
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
1995	5,16	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛ	430/20	36,6	45,6	71,4	848	1,1
Итого			650	37,6	45,6	96,8	958	9,1
Ужин								
2007	2	ВИНЕГРЕТ/	360	2,9	5,2	10	98	5,9
2007	102	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ/	100	18,1	6	5,7	171	13,7
1995	8,14	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ/	150	6	12,7	37,7	289	0
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/	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			905	33,9	24,6	108,2	810	19,6
Ужин 2								
2007	2,1	КЕФИР/	290	8,4	7,2	11,6	154	2
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
Итого			300	9,3	8,3	18,1	193	2
Всего				162,2	192,3	467,6	4306	132,1

Диетическая сестра _____ Бойко В. Г.
 Шеф. повар _____ 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