

МЕНЮ**25 января 2022 г.**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2007	66	КАША МОЛОЧ. "ДРУЖБА"/	200	5,9	8,9	25,4	206	0,8
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
2007	117	КАКАО С МОЛОКОМ/	200	5,7	5,7	22,4	165	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	10	0,8	0,1	4,9	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	10	0,7	0,1	4,2	20	0
Итого			475	18,1	31,7	57,3	587	1,6
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	2	3,5	1,2	48,9	224	9,6
2008		ИРИС ПРОМЫШ/	35	3,4	12,1	17,6	194	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
Итого			237	7	13,3	76,3	457	9,6
Обед								
2003	12	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ/	73	0,6	0,1	1,8	10	7,3
2003	32	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ/	255/45	11,8	13,1	13,1	218	6,5
1995	3,81	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ/	120	22,2	1,3		101	0,3
2007	57	РАГУ ОВОЩНОЕ/	145	3,6	5,6	15,9	132	12,5
2007	122	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА/	200	0,5	0,1	27,4	113	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	100	7,4	0,6	48,7	230	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	60	4	0,5	25,4	122	0
Итого			998	50,1	21,3	132,3	926	26,6
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2003	493	БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ПОМАДКОЙ ЗАПЕЧЕН/	125	10	12,3	63,8	405	0
Итого			325	11	12,3	89,2	515	8
Ужин								
2007	5	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ ИЗ Б/К/	75	0,9	5	9,7	89	8,2
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНЬЮ/	210	19	15,7	20,7	317	19,4
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/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			595	27,9	21,5	91,8	690	27,6
Ужин 2								
2007	120	РЯЖЕНКА/	277	8	6,9	11,6	149	2,2
		СУХАРИ/	15	1,3	1,6	9,7	58	0
Итого			292	9,3	8,5	21,3	207	2,2
Всего				123,4	108,6	468,2	3382	75,6

Диетическая сестра _____ Бойко В. Г.

Шеф. повар _____ Ищенко Т.Г