



МЕНЮ

9 февраля 2023 г.

*7-11

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2011	14	*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	1	72,9	1,4	665	0
2011	15	*СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,8	7,5		92	0,3
к/к	к/к	*ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	50	1,6	0,1	3,2	20	2
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,8	9,8	2	138	0,2
2008	433	*КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,2	4,2	23,2	152	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,9	0,5	38,9	184	0
Итого			475	30,3	95	68,7	1251	3,3
II Завтрак								
2011	372	ЯБЛОКИ	152	0,5	0,5	11,7	56	4,9
Итого			152	0,5	0,5	11,7	56	4,9
Обед								
2011	71	*МОРКОВЬ ТЕРТАЯ НАТУРАЛЬНАЯ	80	1,1	3,6	5,4	59	1,6
2010	9	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И МЯСОМ ПТИЦЫ	300/24	11,9	8,3	22,9	213	11,6
2010	51	* БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/5	17,1	7,5	16,3	201	1,1
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	4,4	0,6	45,9	206	0
		*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	76	5	0,9	30,2	151	0
Итого			970	39,5	20,9	140,1	907	14,3
Полдник								
2010	112	*ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ	100	6,8	2,7	37,9	203	3,6
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,3	62	0
Итого			315	7	2,7	53,2	265	3,6
Ужин								
2011	47	*САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,4	3,7	5	61	23,2
2010	63	*ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ	305	18,6	24,2	40,9	455	21,1
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,3	62	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,4	0,6	48,7	230	0
Итого			700	27,6	28,5	109,9	808	44,3
УжинII								
2008		*ЙОГУРТ	200	3,9	2,9	5,8	93	1,4
Итого			200	3,9	2,9	5,8	93	1,4
Всего				108,8	150,5	389,4	3380	71,8

Главный бухгалтер

Груздева Н.А.

Медицинская сестра

Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар)

Смирнова Л. А.



МЕНЮ

9 февраля 2023 г.

*12-18

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	14	*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	1,5	108,8	2,1	993	0
2011	15	*СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,8	7,5		92	0,3
к/к	к/к	*ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	48	1,5	0,1	3	18	1,9
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	165	16,2	14,7	3	210	0,2
2008	433	*КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,6	4,6	23,3	158	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	8,1	0,7	53,5	253	0
Итого			563	38,7	136,4	84,9	1724	3,2
II Завтрак								
2011	372	ЯБЛОКИ	152	0,5	0,5	11,7	56	4,9
Итого			152	0,5	0,5	11,7	56	4,9
Обед								
2011	71	*МОРКОВЬ ТЕРТАЯ НАТУРАЛЬНАЯ	100	1,4	5,2	6,8	80	1,9
2010	9	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И МЯСОМ ПТИЦЫ	350/28	13,8	9,7	26,5	249	13,7
2010	51	*БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/5	17,1	6,9	16,2	195	1,1
2010	73	*РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	230/5	5,5	0,8	58,7	264	0
1994	588	*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	95	6,3	1,1	37,5	188	0
Итого			1113	44,1	23,7	165,1	1053	16,7
Полдник								
2010	112	*ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ	100	6,6	2,2	38,6	201	3,7
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,1	62	0
Итого			315	6,8	2,2	53,7	263	3,7
Ужин								
2011	47	*САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,8	5,4	6,1	82	29,2
2010	63	*ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ	330	19,5	26,3	37,9	467	19,6
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,1	62	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	8,1	0,7	53,5	253	0
Итого			755	29,6	32,4	112,6	864	48,8
УжинII								
2008		*ЙОГУРТ	200	3,9	2,9	5,8	93	1,4
Итого			200	3,9	2,9	5,8	93	1,4
Всего				123,6	198,1	433,8	4053	78,7

Главный бухгалтер _____ Груздева Н.А.

Медицинская сестра _____ Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар) _____ Смирнова Л. А.