



МЕНЮ

13 февраля 2023 г.

*7-11

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	213	*ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2010	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7	5	25,2	174	0,7
2008	433	*КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,2	4,3	23,1	152	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,4	0,6	48,7	230	0
Итого			545	24,7	14,5	97,3	619	1,5
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200					0
Итого			200					0
Обед								
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) ПОРЦИОННАЯ ОТВАРНАЯ	51	1,6	0,1	3,2	20	2
2010	15	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	300	8,8	0,9	20,1	124	10,3
2011	287	*ГОЛУБЦЫ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" С СОУСОМ	200/100	19,6	22,8	21,9	373	25,8
		*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	1	31,7	158	0
Итого			931	35,3	24,8	96,3	752	38,1
Полдник								
2008		*ПЕЧЕНЬЕ	55	4,1	5,2	40,8	227	0
2008	429	*ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,2		0,4	2	0
Итого			255	4,3	5,2	41,2	229	0
Ужин								
2011	47	*САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,4	4,3	4,8	66	23,5
2010	49	*РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ	90	17,2	6,7	4	145	0,8
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205/5	4,3	1,6	28,8	146	13,9
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15	61	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,4	0,6	48,7	230	0
Итого			695	30,5	13,2	101,3	648	38,2
УжинII								
1994		*СНЕЖОК	200	5,1	4,4	30,9	183	1
Итого			200	5,1	4,4	30,9	183	1
Всего				99,9	62,1	367	2431	78,8

Главный бухгалтер _____ Груздева Н.А.

Медицинская сестра _____ Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар) _____ Смирнова Л. А.



МЕНЮ

13 февраля 2023 г.

*12-18

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	213	*ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2010	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250/5	9,1	6,6	31,3	223	1
2008	433	*КАКАО С МОЛОКОМ	215	5,6	4,6	23,9	160	0,9
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	125	9,2	0,8	60,8	287	0
Итого			635	29	16,6	116,3	733	1,9
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200					0
Итого			200					0
Обед								
2011		КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) ПОРЦИОННАЯ ОТВАРНАЯ	51	1,6	0,1	3,2	20	2
2010	15	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	350	10,3	0,9	23,5	145	12,1
2011	287	*ГОЛУБЦЫ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" С СОУСОМ	200/100	19,5	22,9	22,2	374	25,8
		*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,6	1,2	39,6	198	0
Итого			1001	38	25,1	107,9	814	39,9
Полдник								
2008		*ПЕЧЕНЬЕ	55	4,1	5,3	40,8	227	0
2008	429	*ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,2		0,4	2	0
Итого			255	4,3	5,3	41,2	229	0
Ужин								
2011	47	*САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,8	5,4	5,8	82	29,3
2010	49	*РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ	100	19	6,9	4	154	0,8
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	255/5	5,5	2	36	183	17,4
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,2	62	0
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	8,1	0,7	53,5	253	0
Итого			785	34,6	15	114,5	734	47,5
УжинII								
1994		*СНЕЖОК	200	5,1	4,4	30,9	183	1
Итого			200	5,1	4,4	30,9	183	1
Всего				111	66,4	410,8	2693	90,3

Главный бухгалтер _____ Груздева Н.А.

Медицинская сестра _____ Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар) _____ Смирнова Л. А.