

**МЕНЮ**

20 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	213	*ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2010	40	*КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	8,5	4,4	31,3	199	0,7
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,7	3,7	23,8	147	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,4	0,6	48,7	230	0
<b>Итого</b>			<b>545</b>	<b>25,7</b>	<b>13,3</b>	<b>104,1</b>	<b>639</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200					0
<b>Итого</b>			<b>200</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2011	71	*МОРКОВЬ ТЕРТАЯ НАТУРАЛЬНАЯ	80	1,1	3,6	5,4	59	1,6
2010	12	*СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ	300/24	9,8	6,7	13,5	155	10,5
2010	60	*ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/5	15,6	18,8	15,2	292	1,6
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6,5	0,8	41,6	200	0
		*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	1	31,7	158	0
<b>Итого</b>			<b>974</b>	<b>38,3</b>	<b>30,9</b>	<b>126,8</b>	<b>941</b>	<b>13,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008		*ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,4	18,6	104	0
2008	429	*ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,2		0,4	2	0
<b>Итого</b>			<b>225</b>	<b>2,1</b>	<b>2,4</b>	<b>19</b>	<b>106</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2010	3	*СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	80/5	1,2	6,3	6,8	88	3,2
2010	48	*РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90/75	18,6	1	8,3	118	3,3
2010	77	*КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	3,9	0,8	31,7	150	16,1
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,3	62	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,6	0,6	50,2	237	0
<b>Итого</b>			<b>770</b>	<b>31,5</b>	<b>8,7</b>	<b>112,3</b>	<b>655</b>	<b>22,6</b>
<b>УжинII</b>								
1994		*СНЕЖОК	200	5,1	4,4	30,9	183	1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>30,9</b>	<b>183</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>102,7</b>	<b>59,7</b>	<b>393,1</b>	<b>2524</b>	<b>38,8</b>

Главный бухгалтер \_\_\_\_\_ Груздева Н.А.

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар) \_\_\_\_\_ Смирнова Л. А.



## МЕНЮ

20 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	213	*ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2010	40	*КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250/5	10,5	5,5	39	248	0,8
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,7	3,7	23,9	148	0,8
		*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	125	9,3	0,8	61	288	0
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>29,6</b>	<b>14,6</b>	<b>124,2</b>	<b>747</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200					0
<b>Итого</b>			<b>200</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2011	71	*МОРКОВЬ ТЕРТАЯ НАТУРАЛЬНАЯ	100	1,4	5,2	6,8	81	2
2010	12	*СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ	350/28	11,4	7,9	15,6	181	12,9
2010	60	*ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/5	15,6	20,3	14,4	301	1,6
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	230/5	8,3	1	53,5	257	0
		*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			19,4	77	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	6,6	1,2	39,6	198	0
<b>Итого</b>			<b>1118</b>	<b>43,3</b>	<b>35,6</b>	<b>149,3</b>	<b>1095</b>	<b>16,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008		*ПЕЧЕНЬЕ	50	3,7	4,7	36,6	204	0
2008	429	*ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,2		0,4	2	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>3,9</b>	<b>4,7</b>	<b>37</b>	<b>206</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2010	3	*СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100/5	1,5	8,1	8,4	112	4
2010	48	*РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100/100	20,8	1,1	9,4	132	3,8
2010	77	*КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250/5	4,9	1	39,7	187	20,1
2008	430	*ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		15,2	62	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	8,4	0,7	55,2	261	0
<b>Итого</b>			<b>885</b>	<b>35,8</b>	<b>10,9</b>	<b>127,9</b>	<b>754</b>	<b>27,9</b>
<b>УжинII</b>								
1994		*СНЕЖОК	200	5,1	4,4	30,9	183	1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,1</b>	<b>4,4</b>	<b>30,9</b>	<b>183</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>117,7</b>	<b>70,2</b>	<b>469,3</b>	<b>2985</b>	<b>47</b>

Главный бухгалтер \_\_\_\_\_ Груздева Н.А.

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Белокурова Т.В.

Шеф повар (повар) \_\_\_\_\_ Смирнова Л. А.