

МЕНЮ

14 января 2026г.

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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЫРОМ	60	5	9,5	19,6	184	0,1
2008	9	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,1	7,1	20,5	166	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	16,8	100	0,5
Итого			440	12,9	19	56,9	450	1,1
II Завтрак								
2008	80	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,2	0,2	5,7	27	5,8
Итого			100	0,2	0,2	5,7	27	5,8
Обед								
2012	86	ЛУК РЕПЧАТЫЙ	50	0,6	0,1	3,3	17	1,7
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,6	8,9	13,9	158	15,6
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	17,7	11,7	10,4	218	0,3
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,1	2,9	19,7	117	0
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	30	0,7	1,5	4,3	34	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,3	0,1	24,2	99	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	50	3,7	0,5	18	88	0
Итого			710	31,7	25,7	93,8	731	18,8
Полдник								
2012	466	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (ПЛЮШКА)	70	9,5	7,9	62,1	359	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		15,1	61	0
Итого			250	9,7	7,9	77,2	420	0,1
Всего				54,5	52,8	233,6	1628	25,8

медсестра

Петрова Л.Н.