

МЕНЮ БЛЮД
на 6 февраля 2023 г.

№ п/п	Калорийность одной порции, ккал	№ карточки	Наименование рациона/ блюда	Вес одной порции, кг
Завтрак				
1	281,000	1	Бутерброды с маслом 40/10	0,050
2	268,500	302	Каша рисовая на молоке	0,215
3	132,500	692/1	Кофейный напиток на молоке	0,200
Полдник				
1	94,000		Сок персиковый	0,200
2	104,000	2	Хлеб пшеничный	0,040
3	63,000	462	Яйцо вареное (шт)	1,000
Обед				
1	205,000	520	Картофельное пюре	0,200
2	15,000		Овощи к столу (морковь)	0,050
3	161,800	374*2	Рыба тушеная с овощами (Горбуша)	0,150
4	104,000	2	Хлеб пшеничный	0,040
5	104,000	3	Хлеб ржаной	0,040
6	58,000	684	Чай с сахаром	0,200
7	175,500	124	Щи из свежей капусты с мясом говядины	0,275
Ужин				
1	337,100	207	Каша гречневая рассыпчатая	0,150
2	99,800	699	Напиток лимонный	0,200
3	104,000	2	Хлеб пшеничный	0,040
4	104,000	3	Хлеб ржаной	0,040
5	182,000	487	Цыплята отварные	0,090
Ужин второй				
1	240,000		Вафли	0,040
2	117,000		Снежок	0,200
Итого:	2 950,200			

Руководитель :

/Н. А. Толстова/

Диетсестра :

/М. А. Охотникова/