

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 25.11.2023

Категория проживающие с 12 лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 СУП МОЛ. С ЯЧНЕВОЙ КРУПОЙ 0,250	0,250	8,00	4,500	4,700	18,200	135,00
2 КАКАО С МОЛОКОМ 0,200 4	0,200	8,00	3,870	3,100	25,200	145,50
3 РОЖОК, МАСЛО, СЫР 100/10/15	0,125	8,00	11,180	12,430	49,700	355,60
4 ЯЙЦО ВАРЁНОЕ 0,040	0,040	8,00	5,100	4,600	0,300	63,00
Итого:	0,615		24,650	24,830	93,400	699,100
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ФРУКТЫ (ЯБЛОКО) 0,180	0,180	7,00	0,700	0,700	17,600	84,60
Итого:	0,180		0,700	0,700	17,600	84,600
ОБЕД						
1 ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ. 0,250 11	0,250	7,00	2,300	2,000	6,300	60,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	7,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	7,00	3,880	1,420		28,40
4 КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ 0,100	0,100	7,00	1,390	7,380	17,000	218,40
5 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ(ГАРНИР) 0,180	0,180	7,00	5,000	6,100	30,200	196,00
6 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 0,100	0,100	7,00	1,400	5,040	9,220	95,00
7 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФР. 0,200	0,200	7,00	0,560	0,050	27,890	113,79
8 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	7,00	5,100	1,900	25,500	155,40
9 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	7,00	4,450	1,600	23,300	133,00
10 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	7,00				
11 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	7,00				
Итого:	0,978		24,330	27,490	139,750	1020,590
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	7,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С	170	7,00	27,340	7,400	37,620	334,50
Итого:	0,370		33,140	12,400	47,220	442,500
УЖИН						
1 МАКАРОННИК С МЯСОМ ЗАПЕЧ. 0,265	0,265	7,00	27,190	22,220	41,900	482,60
2 ГОРОШЕК ЗЕЛ. КОНС. С Т.О 0,100	0,100	7,00	4,420	0,350	12,580	69,00
3 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	7,00	0,600	0,400	32,600	140,00
4 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	7,00	5,100	1,900	25,500	155,40
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	7,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,675		41,760	26,470	135,880	980,000
ВТОРОЙ УЖИН						
1 РЯЖЕНКА 0,180	0,180	7,00	5,200	4,500	7,600	97,20
Итого:	0,180		5,200	4,500	7,600	97,200
Всего:	2,998		129,78	96,39	441,45	3323,99

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

