

Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 03.12.2023

Категория сироты проживающие с 7 ле

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ 0,200	0,200	2,00	15,400	15,400	40,600	360,00
2 ИЗЮМ 0,020	0,02	2,00	0,200	0,050	6,500	28,00
3 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	2,00	0,700	0,120	24,500	102,00
4 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0, 100	0,100	2,00	1,300	2,000	10,700	67,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	2,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,645		30,500	32,170	131,600	940,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	2,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	2,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ. 0,250 11	0,250	2,00	2,300	2,000	6,300	60,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	2,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	2,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 МЯСО ОТВАРНОЕ (ДЛЯ 1 БЛЮДА) 0,020	0,020	2,00	5,160	3,360		50,80
5 ГУЛЯШ 0,075 / 0,100	0,175	2,00	29,200	19,700	10,300	338,00
6 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ(ГАРНИР) 0,180	0,180	2,00	5,000	6,100	30,200	196,00
7 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,100	0,100	2,00	0,800	0,100	1,700	13,00
8 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	2,00	0,200	0,200	27,200	110,00
9 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
10 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
11 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	2,00				
12 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	2,00				
Итого:	1,056		52,670	36,980	125,740	1081,270
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	2,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕР. ИЗД. (СУШКА ЧЕЛН.) 0,022	0,022	2,00	2,200	2,050	17,000	96,50
Итого:	0,200		8,000	7,050	26,600	204,500
УЖИН						
1 РЫБА М. ПРИПУЩ. 0, 120	0,120	2,00	20,400	0,960		90,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	2,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	2,00	1,800	0,100	9,800	48,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	2,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	2,00	5,100	1,900	25,500	155,40
6 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	2,00	4,450	1,600	23,300	133,00
Итого:	0,752		35,950	5,360	103,800	632,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	2,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400

Всего: 3,218

133,93

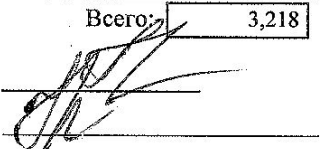
87,16

445,14

3178,17

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)



Утверждаю

Директор



И.П. Попова

МЕНЮ
от 03.12.2023

Категория проживающие с 12 лет и ста

Наименование	Выход	Кол-во	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК						
1 ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ 0,200	0,200	3,00	15,400	15,400	40,600	360,00
2 ИЗЮМ 0,020	0,02	3,00	0,200	0,050	6,500	28,00
3 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 0,200 6	0,200	3,00	0,700	0,120	24,500	102,00
4 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 0,100	0,100	3,00	1,300	2,000	10,700	67,00
5 ХЛЕБ В/С (ПШЕНИЧНЫЙ) МАСЛО,СЫР.	0,100/10/15	3,00	12,900	14,600	49,300	383,00
Итого:	0,645		30,500	32,170	131,600	940,000
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1 ЯБЛОКО 0,185	0,185	3,00	0,700	0,700	17,600	84,60
2 СОК ФРУКТОВЫЙ (КОНС) 0,200	0,200	3,00	0,600	0,400	32,600	140,00
Итого:	0,385		1,300	1,100	50,200	224,600
ОБЕД						
1 ЦИ ИЗ СВ.КАПУСТЫ. 0,250 11	0,250	4,00	2,300	2,000	6,300	60,00
2 СМЕТАНА 0,010	0,010	4,00	0,250	2,000	0,340	20,60
3 ЧЕСНОК В 1 БЛЮДО 0,003	0,003	4,00	0,210	0,020	0,900	4,47
4 МЯСО ОТВАРНОЕ 0,020 (ДЛЯ 1 БЛЮДА)	0,020	4,00	3,880	1,420		28,40
5 ГУЛЯШ 0,075/100	0,175	4,00	22,900	13,060	8,380	244,17
6 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ(ГАРНИР) 0,180	0,180	4,00	5,000	6,100	30,200	196,00
7 ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 0,100	0,100	4,00	0,800	0,190	1,700	13,00
8 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	0,200	4,00	0,200	0,200	27,200	110,00
9 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	4,00	5,100	1,900	25,500	155,40
10 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	4,00	4,450	1,600	23,300	133,00
11 СОЛЬ КАМЕННАЯ 0,004	0,004	4,00				
12 СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ 0,004	0,004	4,00				
Итого:	1,056		45,090	28,400	123,820	965,040
ПОЛДНИК						
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 0,200	0,200	4,00	5,800	5,000	9,600	108,00
2 КОНДИТЕР. ИЗД. (СУШКА ЧЕЛН.) 0,022	0,022	4,00	2,200	2,050	17,000	96,50
Итого:	0,200		8,000	7,050	26,600	204,500
УЖИН						
1 РЫБА М. ПРИПУЩ. 0, 120	0,120	4,00	20,400	0,960		90,00
2 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 0,200 3	0,200	4,00	4,000	0,800	31,600	150,00
3 СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 0,100	0,100	4,00	1,800	0,100	9,800	48,00
4 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 0,200/0,007/0,015	200/7/15	4,00	0,200		13,600	56,00
5 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 0,050	0,050	4,00	4,450	1,600	23,300	133,00
6 ХЛЕБ РЖАНОЙ (БОРОД) 0,060	0,060	4,00	5,100	1,900	25,500	155,40
Итого:	0,752		35,950	5,360	103,800	632,400
ВТОРОЙ УЖИН						
1 КЕФИР 0,180	0,180	4,00	5,510	4,500	7,200	95,40
Итого:	0,180		5,510	4,500	7,200	95,400

Всего:

3,218

126,35

78,58

443,22

3061,94

шеф-повар

Медицинская сестра(диетическая)

