

«18» марта 2022 г.



Директор  
Е.Б. Мельник

10 день					
Прием пищи, наименование блюда	порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетич. Ценность (ККАЛ)
		Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>					
Блинчики со сгущенным молоком	100/20	6,80	6,80	72,60	379,00
Чай с сахаром	200/15	10,27	18,00	68,53	477,33
Бутерброд с маслом	10/30	2,60	8,80	14,30	147,00
Сыр порциями	30	7,60	8,00	0,00	102,00
Фрукты свежие	100	0,40	0,00	12,60	52,00
<b>ИТОГО:</b>	<b>505</b>	<b>27,67</b>	<b>41,60</b>	<b>168,03</b>	<b>1157,33</b>
<i>Обед</i>					
Суп картофельный с клецками на бульоне	200	4,18	5,02	23,20	154,80
Рагу овощное с курицей	90/150	19,34	24,55	25,23	399,09
Компот из сухофруктов	200	0,30	0,00	34,52	139,20
Свекла тушеная	60	1,08	2,28	6,54	51,00
Хлеб пшеничный	30	3,59	2,14	37,77	184,70
Хлеб ржаной	30	2,37	0,30	14,49	70,20
<b>ИТОГО:</b>	<b>760</b>	<b>30,86</b>	<b>34,29</b>	<b>141,75</b>	<b>998,99</b>
<i>Полдник</i>					
Сдоба обыкновенная	100	8,00	5,20	54,20	296,00
Напиток «Снежок» 2,5% жирности	200	5,40	5,00	21,60	158,00
<b>ИТОГО:</b>	<b>300</b>	<b>13,40</b>	<b>10,20</b>	<b>75,80</b>	<b>454,00</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>71,92</b>	<b>86,09</b>	<b>385,59</b>	<b>2610,32</b>

10 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетич. Ценность (ККАЛ)
		Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>					
Блинчики со сгущенным молоком	100/20	6,80	6,80	72,60	379,00
Чай с сахаром	200/15	10,27	18,00	68,53	477,33
Бутерброд с маслом	10/30	2,60	8,80	14,30	147,00
Сыр порциями	30	7,60	8,00	0,00	102,00
Фрукты свежие	100	0,40	0,00	12,60	52,00
<b>ИТОГО:</b>	<b>565</b>	<b>27,67</b>	<b>41,60</b>	<b>168,03</b>	<b>1157,33</b>
<i>Обед</i>					
Суп картофельный с клецками на бульоне	250	5,23	6,28	29,00	193,50
Рагу овощное с курицей	100/190	23,37	29,66	30,49	482,23
Свекла тушеная	100	1,80	3,80	10,90	85,00
Компот из сухофруктов	200	0,30	0,00	34,52	139,20
Хлеб пшеничный	30	3,59	2,14	37,77	184,70
Хлеб ржаной	30	2,37	0,30	14,49	70,20
<b>ИТОГО:</b>	<b>900</b>	<b>36,65</b>	<b>42,18</b>	<b>157,17</b>	<b>1154,83</b>
<i>Полдник</i>					
Сдоба обыкновенная	100	8,00	5,20	54,20	296,00
Напиток «Снежок» 2,5% жирности	200	5,40	5,00	21,60	158,00
<b>ИТОГО:</b>	<b>300</b>	<b>13,40</b>	<b>10,20</b>	<b>75,80</b>	<b>454,00</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>77,72</b>	<b>93,98</b>	<b>401,00</b>	<b>2766,16</b>

Врач \_\_\_\_\_

Осипенко Т.Н.

10 день 10-дневного меню, утвержденного 31.03.2021г.