

Сбор- ник рецеп- тур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г		
Завтрак							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ)	7		5,6	0,1	51
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	200	5,5	8,8	21	186
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		15,7	63
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3	371
Итого			457	10,9	18,2	57,1	708
II Завтрак							
2010	95	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ С ГРУШЕЙ.	200			14,4	58
Итого			200			14,4	58
Обед							
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МИК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/0/6	6,4	7	12,8	144
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,5	3,1	3,7	45
2010	62	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ.	70	13,7	11,7	5,7	195
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	5,4	5	34,9	206
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	200			9,7	39
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48				0
Итого			724	26	26,8	66,8	629
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	24				0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		13,1	53
Итого			224	0,1		13,1	53
Ужин							
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	13,1	17,3	2,5	218
к/к		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	60	1,8	0,1	3,8	23
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		15,7	63
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				0
Итого			430	15	17,4	22	304
Всего				52	62,4	173,4	1752

Ст. Медицинская сестра Масляева В.А.

Сбор- ник рецеп- тур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г		
Завтрак							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3	37	0,3
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	5		4	36	0
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ."	150	4	6,5	15,7	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,7	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	0
Итого	1		345	8,6	14,1	538	0,7
II Завтрак							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86
Итого			200	1	0,2	20,2	4
Обед							
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МИК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/0/6	4,5	5,1	9,5	3,8
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,4	1,8	2,3	2,4
2010	62	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	11,8	9,9	4,8	7,7
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	120	4,4	3,9	27,9	0
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	150			8,7	0
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38				0
Итого			554	21,1	20,7	53,2	499
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	24				0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		9,8	0
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	125	0,8	0,3	23,1	0,8
Итого			299	0,9	0,3	32,9	0,8
Ужин							
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,1	16,2	2,2	202
к/к		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	30	0,9	0,1	1,9	12
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,7	0
Итого			330	13,1	16,3	15,8	261
Всего				44,7	51,6	164,8	20,8

Ст. Медицинская сестра Масляева В.А.