

МЕНЮ ДИЕТИЧЕСКОЕ**Если 12 часов****22 ноября 2024 года**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	23/12		4,53	3,56	11,82	98,18
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	12,77	12	2,80	2,89	0,00	37,92
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	23	23	1,73	0,67	11,82	60,26
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		1,83	4,37	20,83	129,81
КРУПА РИСОВАЯ	10,1	10	0,68	0,10	7,18	32,30
ПШЕНО	10,1	10	1,12	0,26	6,83	34,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,14	0,00	7,06	28,78
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,7	0,7	0,14	0,00	0,28	1,69
			6,50	7,93	39,71	256,77
II Завтрак						
СОК	150		0,00	0,00	0,00	0,00
ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ С 4 х МЕСЯЦЕВ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,46	0,67	10,24	52,27
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,50	0,58	10,28	52,40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ГОВЯДИНОЙ и ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15		5,35	4,84	12,36	114,42
КАРТОФЕЛЬ до 01 сентября	66,67	50	0,97	0,19	7,91	37,35
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	23,7	20	3,61	3,10	0,00	42,29
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,53	0,07	3,42	16,39
МОРКОВЬ	7,5	6	0,08	0,01	0,40	2,04
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,08	0,01	0,48	2,39
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0,01	1,45	0,01	13,06
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2	1,9	0,07	0,01	0,14	0,90
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20		0,35	1,17	1,88	19,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
МОРКОВЬ	1,25	1	0,01	0,00	0,07	0,34

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,02	0,08
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5	0,23	0,00	0,92	4,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1	0,00	0,97	0,00	8,72
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2	0,00	0,00	0,19	0,78
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0,55	2,44	3,24	37,06
СВЕКЛА	47,5	38	0,55	0,04	3,24	15,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2,4	2,4	0,00	2,40	0,00	21,58
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ(говядина)		150	12,52	8,84	21,30	214,99
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	70,42	50	9,70	4,75	0,00	81,48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября	160	120	2,33	0,47	18,97	89,63
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,25	1,25	0,01	1,00	0,01	9,07
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,25	1,25	0,01	1,00	0,01	9,07
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,5	2,5	0,32	0,00	1,49	7,25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	1,01	0,06	14,73	64,36
КУРАГА	20	20	1,01	0,06	9,89	45,01
САХАР ПЕСОК	5	5	0,00	0,00	4,84	19,35
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,63	0,20	10,63	51,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,66	0,22	10,60	50,99
			22,87	18,22	74,38	554,59
Полдник						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		100	3,23	4,39	20,56	134,64
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,20	0,38	20,52	98,36
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,03	4,01	0,04	36,28
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,66	0,27	17,11	86,06
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	0,66	0,27	9,37	55,10
САХАР ПЕСОК	8	8	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0,60	0,10	1,90	12,00
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	52,9	50	0,55	0,10	1,90	12,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ		50	4,44	2,32	44,48	214,27
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,19	0,50	27,12	129,59
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,01	1,60	0,02	14,51
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,7	0,7	0,01	0,00	0,58	2,34
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ	20	20	0,12	0,02	14,14	55,10
САХАР ПЕСОК	1	1	0,00	0,00	0,97	3,87
ВАНИЛИН	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1	0,11	0,01	0,68	3,24
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	0,2	0,2	0,00	0,19	0,00	1,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0,00	0,00	0,00	0,00
			9,93	7,20	90,45	477,97

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	39,30	33,35	204,54	1 289,33
-----------------------	--------------	--------------	---------------	-----------------