

(Интернат)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак 1		
200	Каша молочная гречневая с маслом молоко 1 л, крупа гречневая, масло сливочное, сахар-песок, соль	кКал-238, Бел-7, Жир-11, Угл-32
200	Чай с сахаром с лимоном сахар-песок, лимоны, чай черный	кКал-56, Угл-17
130	Бутерброд с сыром батон нарезной в с, сыр п-твердый детский, масло сливочное	кКал-411, Бел-13, Жир-16, Угл-59
Итого за Завтрак 1		кКал-705, Бел-20, Жир-27, Угл-108
Обед		
250	Рассольник ленинградский на мясном бульоне картофель, огурцы соленые, мясо свинина, крупа перловая, морковь, лук репчатый, сметана 20%, соль, масло растительное, зелень укропа сушеная	кКал-234, Бел-10, Жир-8, Угл-30
250	Плов с мясом мясо свинина, крупа рис пропаренный, масло растительное, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томат-паста, соль	кКал-558, Бел-26, Жир-26, Угл-55
60	Салат из свеклы с маслом растительным свекла, масло растительное, чеснок, соль	кКал-61, Бел-1, Жир-5, Угл-5
200	Компот из смеси сухофруктов сухофрукты смесь, сахар-песок, кислота лимонная	кКал-116, Угл-28
70	Хлеб ржано-пшеничный	кКал-128, Бел-4, Жир-1, Угл-31
Итого за Обед		кКал-1 097, Бел-41, Жир-40, Угл-149
Полдник		
200	Кофейный напиток с молоком молоко 1 л, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный	кКал-92, Бел-3, Жир-3, Угл-21
50	Печенье	кКал-225, Бел-10, Жир-6, Угл-33
185	фрукт Апельсин	кКал-69, Бел-2, Угл-15
Итого за Полдник		кКал-386, Бел-15, Жир-9, Угл-69
Ужин		
100	Кура тушеная кура бедро, сметана 20%, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста, соль, мука пшеничная	кКал-252, Бел-18, Жир-22, Угл-3
180	Картофельное пюре картофель, молоко 1 л, масло сливочное, соль	кКал-225, Бел-5, Жир-11, Угл-28
40	Салат из капусты квашенной с растительным маслом капуста квашенная, сахар-песок, масло растительное	кКал-44, Бел-1, Жир-3, Угл-4
200	Чай сахар-песок, чай черный	кКал-36, Угл-11
50	Хлеб ржано-пшеничный	кКал-91, Бел-3, Угл-22
110	Булка с маслом батон нарезной в с, масло сливочное	кКал-298, Бел-8, Жир-11, Угл-53
Итого за Ужин		кКал-946, Бел-35, Жир-47, Угл-121
Ужин 2		
200	Молоко ультрапастеризованное в инд.упаковке	кКал-120, Бел-6, Жир-6, Угл-9
Итого за Ужин 2		кКал-120, Бел-6, Жир-6, Угл-9
Итого за день		кКал-3 254, Бел-117, Жир-129, Угл-456

Диетсестра

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 359040073915316482112313993369613528402878580841

Владелец Пименова Инна Юрьевна

Действителен с 27.02.2024 по 26.02.2025