

Ермоленко
Светлана
Александровна

Подписано
цифровой подписью:
Ермоленко Светлана
Александровна
Дата: 2026.10.14
13:14:09 +03'00'

МЕНЮ
15 октября 2026 г.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	145	9,13	12,61	4,53	168,74	0,00
2012	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,11	0,00	8,11	32,85	0,00
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/8	2,08	7,36	14,59	133,77	0,00
Итого			358	11,32	19,97	27,23	335,36	0,00
II Завтрак								
2008		ГРУША	124	0,50	0,37	12,80	58,39	6,21
Итого			124	0,50	0,37	12,80	58,39	6,21
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	31	0,34	0,06	1,18	7,47	0,00
2008	99	СУП ФАСОЛЕВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	150	5,93	7,40	13,53	155,36	4,94
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	12,95	20,08	5,87	287,83	0,80
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,08	4,00	32,39	177,82	0,00
2012	376	МОРС ИЗ ЯГОД (клюква, смородина)	180	0,11	0,04	13,16	54,87	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,56	0,45	16,81	81,82	0,00
Итого			592	24,97	32,03	82,94	765,17	5,74
Полдник								
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/18	6,04	5,49	17,44	145,11	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,10	14,55	58,20	0,00
Итого			228	6,23	5,59	31,99	203,31	0,00
Ужин								
	193	ВЕРМИШЕЛЬ В МОЛОКЕ	180	5,50	5,61	19,25	150,43	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,10	14,55	58,20	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,78	0,67	12,70	64,60	0,00
Итого			382	7,47	6,38	46,50	273,23	0,00
Всего				50,49	64,34	201,46	1 635,46	11,95