

Утверждаю  
И.о. директора Суворова Е.В.

## Краевой центр семьи и детей

### МЕНЮ

6 июля 2022 г.

Дети 6-18



#### Завтрак

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	каша "Дружба"	300	7,31	11,6	32,71	247
2	бутерброд с маслом,сыром	75	2,3	4,36	14,62	108
3	хлеб ржано-пшеничный	25	2,45	0,5	22,4	105
4	кофейный напиток	200	5,8	5,6	32,8	192
5	яйцо отварное	1 000	12,6	11,5	0,7	157

#### Второй завтрак

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	фрукты	185	0,2	0,6	15	150

#### Обед

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	винегрет	80	11,7	10,3	8,2	130,1
2	рассольник со сметаной	373	0,8	2,3	5,6	96
3	рыба тушеная в смет.соусе	140	3,95	9,6	4,46	120
4	пюре картофельное	205	2,45	0,5	22,4	105
5	кисель	200	2,6	3,9	25	100
6	хлеб пшеничный	78	3,65	0,38	23,6	113
7	хлеб ржано-пшеничный	47	2,45	0,5	22,4	105

#### Полдник

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	кондитерские изделия	52	6,81	10,52	67,9	152
2	сок	200	5,7	9,8	45,4	335

#### Ужин

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	рагу овощное	210	20,8	11,2	9,95	140
2	тефтели из говядины	80	10,3	9,5	16,9	184
3	чай с молоком	200	5,6	5,2	31,9	190
4	хлеб ржано-пшеничный	48	2,45	0,5	23,6	113
5	хлеб пшеничный	60	3,65	0,38	23,6	113

#### Второй ужин

	Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1	Кисломолочный продукт	180	2,9	1	12,9	72

	Итого за день					
--	---------------	--	--	--	--	--

Медицинская сестра

подпись

Устинова Татьяна Владимировна

ФИО

Повар

подпись

Другова Любовь Александровна

ФИО

подпись

ФИО