

Утверждаю

Директор
ГКУ СРЦН "Огонек"
Езеева Е.П.
/Езеева Е.П./

МЕНЮ

30 октября 2020 г.

Ладья (12-17)

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| II Завтрак | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | 0,7 | 0,7 | 15,7 | 74 |
| Итого | | 0,7 | 0,7 | 15,7 | 74 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 100 | 4,2 | 18,2 | 5,4 | 201 |
| СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | 250 | 5,7 | 7,2 | 2,8 | 96 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 180 | 4,1 | 6,1 | 26,9 | 174 |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 120 | 18,7 | 11,2 | 7,4 | 197 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 12,7 | 50 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5 | 0,4 | 31,9 | 149 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,1 | 0,4 | 19,3 | 92 |
| Итого | | 40,8 | 43,5 | 106,4 | 959 |
| Полдник | | | | | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,5 | 4,7 | 8,7 | 97 |
| Итого | | 5,5 | 4,7 | 8,7 | 97 |
| Ужин 1 | | | | | |
| ПОМИДОР ЦЕЛЫМ КУСКОМ | 50 | 0,5 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| СОЛЯНКА ОВОЩНАЯ С МЯСОМ | 250 | 8,4 | 9,7 | 21,6 | 203 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0,2 | | 9,6 | 40 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,4 | 0,4 | 27,4 | 128 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 15,5 | 73 |
| Итого | | 16 | 10,6 | 75,7 | 454 |
| Всего | | 63 | 59,5 | 206,5 | 1584 |

Медицинская сестра

В.А.

Логачёва В.А.


Зав. производством (шеф-повар)

Волокитина Н.В.

Волокитина Н.В. Миходенко Е.Г.

Утверждаю

Директор

 ГКУ СРЦН "Огонек"
/Езеева Е.П./

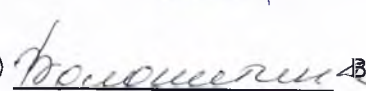
МЕНЮ

30 октября 2020 г.

Радуга (7-11)

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| II Завтрак | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | 0,7 | 0,7 | 15,7 | 74 |
| Итого | | 0,7 | 0,7 | 15,7 | 74 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 100 | 4,1 | 18,4 | 5,2 | 202 |
| СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | 200 | 4,6 | 5,8 | 2,2 | 77 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,5 | 5,2 | 22,4 | 146 |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 100 | 15,6 | 9,3 | 6,1 | 164 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 12,8 | 51 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5 | 0,4 | 31,9 | 149 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,1 | 0,4 | 19,3 | 92 |
| Итого | | 35,9 | 39,5 | 99,9 | 881 |
| Полдник | | | | | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,5 | 4,7 | 8,7 | 97 |
| Итого | | 5,5 | 4,7 | 8,7 | 97 |
| Ужин 1 | | | | | |
| ПОМИДОР ЦЕЛЫМ КУСКОМ | 50 | 0,5 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| СОЛЯНКА ОВОЩНАЯ С МЯСОМ | 200 | 6,6 | 7,3 | 17 | 158 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0,1 | | 9,3 | 38 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,4 | 0,4 | 27,4 | 128 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 15,5 | 73 |
| Итого | | 14,1 | 8,2 | 70,8 | 407 |
| Всего | | 56,2 | 53,1 | 195,1 | 1459 |

Медицинская сестра  Логачёва В.А.

Зав. производством (шеф-повар)  Волокитина Н.В. Миходенко Е.Г.

Утверждаю

Директор
ГКУ СРЦН "Огонек"
Езеева Е.П. /Езеева Е.П./

МЕНЮ

30 октября 2020 г.

Непоседы (12 -17)

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА | 200/30 | 30,9 | 28,1 | 46,7 | 550 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ | 200 | 3 | 2,3 | 13,9 | 87 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5 | 0,4 | 31,9 | 149 |
| Итого | | 38,9 | 30,8 | 92,5 | 786 |
| II Завтрак | | | | | |
| СОК | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | 0,7 | 0,7 | 15,7 | 74 |
| Итого | | 1,7 | 0,9 | 35,9 | 166 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 100 | 4,1 | 18,1 | 5,5 | 201 |
| СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | 250 | 5,7 | 6,9 | 2,8 | 93 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 180 | 4,1 | 6,6 | 27,1 | 179 |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ | 120 | 18,8 | 11,3 | 7,4 | 198 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 12,1 | 48 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5 | 0,4 | 31,9 | 149 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,1 | 0,4 | 19,3 | 92 |
| Итого | | 40,8 | 43,7 | 106,1 | 960 |
| Полдник | | | | | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,5 | 4,7 | 8,7 | 97 |
| ШОКОЛАДНЫЕ КОНФЕТЫ | 30 | 0,8 | 7,2 | 14,9 | 125 |
| Итого | | 6,3 | 11,9 | 23,6 | 222 |
| Ужин 1 | | | | | |
| ПОМИДОР ЦЕЛЫМ КУСКОМ | 50 | 0,5 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| СОЛЯНКА ОВОЩНАЯ С МЯСОМ | 250 | 8,4 | 10 | 21,8 | 206 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0,3 | | 9,8 | 41 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,4 | 0,4 | 27,4 | 128 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 15,5 | 73 |
| Итого | | 16,1 | 10,9 | 76,1 | 458 |
| Ужин 2 | | | | | |
| КЕФИР | 200 | 5,6 | 4,8 | 7,7 | 103 |
| Итого | | 5,6 | 4,8 | 7,7 | 103 |
| Всего | | 109,4 | 103 | 341,9 | 2695 |

Медицинская сестра *В.А. Логачёва* Логачёва В.А.

Зав. производством (шеф-повар) *Н.В. Волокитина* Волокитина Н.В. Миходенко Е.Г.