

Составлено  
медицинской сестрой диетической

УТВЕРЖДАЮ  
Директор КОГОБУ ШОВЗ г.Слободского  
\_\_\_\_\_ И.А.Малых

**МЕНЮ** на 16.01.2025

| Прием пищи | Раздел          | № рецепта  | Блюдо                             | Выход, гр. | Цена, руб. | Калорийность | Белки | Жиры | Углевод<br>ы |
|------------|-----------------|------------|-----------------------------------|------------|------------|--------------|-------|------|--------------|
| Завтрак    | горячее блюдо   | № 262-1994 | Каша жидкая овсяная               | 260        | 17,72      | 329,30       | 9,5   | 10,5 | 47,7         |
|            | горячий напиток | № 762-1997 | Кофейный напиток                  | 180        | 6,67       | 93,0         | 1,3   | 1,4  | 18,4         |
|            | хлеб            | ГП         | Булочка                           | 50         | 16,00      | 185,0        | 4,1   | 6,4  | 27,8         |
|            | горячее блюдо   | № 209-2015 | Яйцо вареное                      | 40         | 10,8,      | 63,0         | 5,1   | 4,6  | 0,3          |
|            | фрукт           | ГП         | Мандарин                          | 100        | 27,00      | 45,5         | 0,4   | 0,3  | 9,8          |
| Обед       | салат           | № 62-1997  | Салат из свежей капусты           | 100        | 6,85       | 78,00        | 0,8   | 5    | 6,8          |
|            | 1 блюдо         | № 120-1994 | Щи из свежей капусты с картофелем | 255        | 23,48      | 93,0         | 3,8   | 4,1  | 10,6         |
|            | 2 блюдо         | № 508-1983 | Рыба припущенная                  | 100        | 71,33      | 220,0        | 27,5  | 8,2  | 7,5          |
|            | гарнир          | №472-1994  | Пюре картофельное                 | 200        | 21,05      | 212,0        | 4,3   | 6,8  | 35,1         |
|            | сладкое         | 588-1994   | Компот из смеси сухофруктов       | 200        | 3,72       | 129,0        | 0,5   | 0    | 33,5         |
|            | хлеб            | ГП         | Хлеб ржаной                       | 32         | 2,70       | 18,21        | 0,45  | 0,1  | 3,87         |