ООО "СЕРНА"

«СОГЛАСОВАНО»
Директор ГБОУ № 474

**МЕНЮ**
бюджетное питание (7-11)
На «1.» марта 2023 год

| Наименование | Выход, г | Технологическая и норматив-ная документа-ция /сборник рецептур/ | № рецептуры или технологи-чес-кой карты | Белки Всего г | Жиры Всего г | Угле-воды, Всего г | Энер-гети-ческая цен-ность, ккал. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **9 день** | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| Бутерброд с джемом (джем, масло сливочное, хлеб пшеничный) | 40 | 2008 | 2 | 1,2 | 4,3 | 22,0 | 132,0 |
| Макароны отварные с сыром (макаронные изделия, сыр, масло сливочное, соль) | 160 | 2015 | 204 | 10,9 | 11,9 | 27,3 | 267,5 |
| Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар) | 200 | 2008 | 433 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 |
| Плоды свежие (мандарины) | 100 | к/к | 3 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38,0 |
| **Итого за прием пищи:** | **500** | | | **15,8** | **18,9** | **81,6** | **571,5** |
| **Обед** | | | | | | | |
| Салат из свеклы отварной (свекла, масло растительное, соль) | 60 | 2015 | 52 | 0,8 | 3,6 | 5,0 | 55,7 |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сметана, соль) | 200/5 | 2012 | 67 | 1,6 | 4,7 | 7,0 | 75,8 |
| Птица, тушеная в соусе с овощами (филе курицы, масло растительное, лук репчатый, картофель, морковь, горошек консервированный,мука пшеничная, соль) | 240 | 2008 | 308 | 14,3 | 12,5 | 27,0 | 315,3 |
| Сок фруктовый в ассортименте | 200 | 2008 | 442 | 1,0 | 0,2 | 19,8 | 86,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный) | 40 | к/к | 1 | 2,8 | 0,4 | 18,6 | 90,0 |
| Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный) | 25 | к/к | 2 | 2,2 | 0,6 | 13,4 | 67,5 |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 100 | к/к | 6 | 3,1 | 2,5 | 18,0 | 107,0 |
| **Итого за прием пищи:** | **870** | | | **25,8** | **24,5** | **108,8** | **797,3** |
| **Всего за день:** | | | | **41,6** | **43,4** | **190,4** | **1368,8** |

Зав. производством:

Калькулятор: