



**МЕНЮ**  
бюджетное питание (7-11)

На « 2 » марта 2023 год

| Наименование   | Выход,     | Технологи-<br>ческая и<br>норматив-<br>ная докумен-<br>тация<br>/сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологи-<br>ческой<br>карты | Белки       |             | Жиры         |               | Угле-воды, |  | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. |
|--|------------|---|--|-------------|-------------|--------------|---------------|------------|--|---|
|  | г          |   |  | Всего<br>г  | Всего<br>г  | Всего<br>г   | Всего<br>г    |            |  |   |
| <b>8 день</b>  |            |   |  |             |             |              |               |            |  |   |
| <b>Завтрак</b>   |            |   |  |             |             |              |               |            |  |   |
| Омлет натуральный с маслом сливочным(молоко, яйца, растительное масло, соль, масло сливочное )   | 150        | 2008  | 214  | 12,9        | 17,4        | 23,5         | 323,8         |            |  |   |
| Горошек зеленый припущенный ( горошек зеленый консервированный)  | 40         | АКП*  | 7  | 1,2         | 0,1         | 2,6          | 18,0          |            |  |   |
| Кофейный напиток (кофейный напиток, сахар, молоко)   | 200        | 2008  | 432  | 1,5         | 1,3         | 22,4         | 107,0         |            |  |   |
| Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)  | 25         | к/к   | 2  | 2,2         | 0,6         | 13,4         | 67,5          |            |  |   |
| Плоды свежие (апельсины)   | 100        | к/к   | 8  | 0,9         | 0,2         | 8,1          | 43,3          |            |  |   |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>515</b> |   |  | <b>18,7</b> | <b>19,6</b> | <b>70,0</b>  | <b>559,6</b>  |            |  |   |
| <b>Обед</b>  |            |   |  |             |             |              |               |            |  |   |
| Салат из квашеной капусты (капуста квашеная, сахар, масло растительное)  | 60         | 2008  | 40   | 1,0         | 3,1         | 4,6          | 49,8          |            |  |   |
| Суп из овощей с птицей и сметаной (капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый, масло сливочное, сметана, курица, соль) | 200/5/5    | 2015/2008   | 99/307   | 2,9         | 10,8        | 4,5          | 86,7          |            |  |   |
| Котлета рыбная любительская (филе минтая, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничный, яйца, молоко, масло растительное, соль)                                   | 90         | 2012  | 256  | 11,3        | 4,2         | 9,8          | 126,0         |            |  |   |
| Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)   | 150        | 2008  | 326  | 3,7         | 4,6         | 29,4         | 209,0         |            |  |   |
| Компот из апельсинов (апельсины, сахар, цедра)   | 200        | 2008  | 399  | 0,5         | 0,1         | 34,0         | 141,0         |            |  |   |
| 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          |            |  |   |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>775</b> |   |  | <b>24,4</b> | <b>23,8</b> | <b>114,3</b> | <b>770,0</b>  |            |  |   |
| <b>Всего за день:</b>  |            |   |  | <b>43,1</b> | <b>43,4</b> | <b>184,3</b> | <b>1329,6</b> |            |  |   |

Зав. производством:

Калькулятор: