

**МЕНЮ**  
бюджетное питание (12-18)

На «03» *февраль* 2023 год

Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив- ная	№ рецептуры или технологи-	Белки	Жиры	Угле-	Энер-гети- ческая цен- ность,
				Всего г	Всего г	воды, Всего г	
<b>11 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с сыром	40	2008	3	6,1	9,6	8,5	149,7
Каша "Янтарная" из пшена с яблоками и маслом сливочным	200	2008	187	8,9	9,8	37,4	265,6
Чай с сахаром и лимоном	200/7	2008	431	0,3	0,1	15,2	62,0
Батон обогащенный микронутриентами	30	к/к	10	2,6	0,7	16,1	81,0
Плоды свежие (апельсины)	100	к/к	8	0,9	0,2	8,1	43,3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>577</b>			<b>18,8</b>	<b>20,4</b>	<b>85,3</b>	<b>601,6</b>
<b>Обед</b>							
Салат витаминный ( 1-й вариант)	100	2008	41	1,2	5,2	9,5	90,0
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	2012	57	2,0	5,7	12,9	110,5
Плов из птицы	280	2012	304	21,5	10,3	42,3	401,3
Компот из кураги	200	2008	401	1,0	0,1	34,2	142,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	к/к	1	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	20	к/к	9	1,8	0,5	10,7	54,0
Вафли обогащенные	20	к/к	4	0,9	5,8	12,6	106,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>920</b>			<b>31,2</b>	<b>28,0</b>	<b>140,8</b>	<b>993,8</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1497</b>			<b>50,0</b>	<b>48,4</b>	<b>226,1</b>	<b>1595,4</b>

Зав. производством: *А*

Калькулятор: