

МЕНЮ
бюджетное питание (7-11)

На « 3 » март 2023 год



Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки		Жиры		Угле-воды,		Энер-гети- ческая цен- ность, ккал.
				Всего г	Всего г	Всего г	Всего г			
9 день										
Завтрак										
Бутерброд с джемом (джем, масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2008	2	1,2	4,3	22,0	132,0			
Макаронные изделия 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 белокочанная, 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: