

ООО "СЕРНА"

«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ № 474

М.И. Мухомов



МЕНЮ
 бюджетное питание (7-11)
 На «3» апреля 2022 год

Наименование	Выход (г)	Технологический нормативный документ	Номер рецептуры	Белки (г) Всего	Жиры (г) Всего	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак							
Бутерброд с джемом (джем, масло сливочное, хлеб пшеничный)	20/5/15	2008	2	1,20	4,30	22,00	132,00
Омлет натуральный (молоко, яйца, растительное масло, соль)	150	2008	214	14,42	23,80	2,72	282,88
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	УСП	ТК № 079	4,10	6,00	12,60	121,10
Яблоко свежее (яблоко)	120	2011	338	0,48	0,48	11,76	53,28
Итого:	85,09			20,20	34,58	49,08	589,26
Обед							
Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное)	60	2008	51	0,84	6,06	3,96	73,80
Суп картофельный с зеленью петрушки (картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, зелень петрушки, соль)	200/1	2008	92	6,80	2,90	15,70	116,00
Котлета рубленая из птицы с маслом сливочным (филе курицы, хлеб пшеничный, молоко, масло сливочное, масло растительное, соль)	90/5	2008	314	16,06	12,26	14,68	233,18
Капуста тушеная из свежей (капуста свежая, масло сливочное, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота, мука пшеничная, сахар, соль)	150	2008	346	3,80	4,30	9,80	93,00
Компот из смеси сухофруктов (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм, сахар, кислота лимонная)	200	УСП	ТК № 095	0,00	0,00	6,80	27,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами (хлеб ржано-пшеничный)	30	УСП	ТК № 056	2,00	0,30	12,70	61,20
Батон обогащенный микроэлементами (хлеб пшеничный)	15	УСП	ТК № 004	1,10	0,40	7,70	39,30
Итого:	127,63			30,60	26,22	71,34	643,58
Всего:	212,72			50,80	60,80	120,42	1232,84

Зав. производством: *Ж*

Калькулятор: