

ООО "СЕРНА"

«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ № 474

И.В. Николаева



МЕНЮ

бюджетное питание (12-18)

На «04» *апрель* 2023 год

Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив- ная	№ рецептур ы или технологи-	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер-гети- ческая цен-ность, ккал.
				Всего г	Всего г	Всего г	
8 день							
Завтрак							
Омлет натуральный с маслом сливочным(молоко, яйца, растительное масло, соль, масло сливочное)	200/5	2008	214	16,6	17,3	30,6	341,4
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
Итого за прием пищи:	570			22,4	19,5	77,1	577,2
Обед							
Салат из квашеной капусты (капуста квашеная, сахар, масло растительное)	100	2008	40	1,6	5,1	7,7	83,0
Суп из овощей с птицей и сметаной (капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый, масло сливочное, сметана, курица, соль)	250/5/5	2015/2008	99/307	3,5	11,2	7,5	110,3
Котлета рыбная любительская (филе минтая, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничный, яйца, молоко, масло растительное, соль)	100	2012	256	12,6	4,7	10,9	140,0
Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	180	2008	326	4,5	5,8	32,9	250,8
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)	40	к/к	9	3,5	1,0	21,4	108,0
Итого за прием пищи:	920			29,0	28,3	133,0	923,1
Всего за день:				51,4	47,8	210,1	1500,3

Зав. производством: *И.В. Николаева*

Калькулятор: