


МЕНЮ
бюджетное питание (7-11)

На «06» марта 2024 год



Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
3 день							
Завтрак							
Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)	25	2008	1	1,1	8,4	7,5	110,0
Каша рисовая молочная с маслом сливочным (крупа рисовая, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	155	2008	189	7,7	6,6	21,6	191,0
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
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:	505			15,6	19,4	82,9	582,5
Обед							
Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное)	60	2008	51	0,8	6,1	4,0	73,8
Суп с макаронными изделиями и картофелем (макаронные изделия, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль)	200	2012	82	2,2	2,3	13,7	83,8
Суфле из курицы (филе курицы, яйца, молоко, масло сливочное, мука пшеничная, соль)	90	2008	320	15,0	8,0	3,6	148,9
Рагу овощное (3-й вариант) (картофель, морковь, лук репчатый, репа, капуста б/к свежая, масло сливочное, мука пшеничная, томатная паста, сахар, соль)	150	2012	344	2,7	6,1	15,8	128,9
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
Плоды свежие (яблоки)	100	2015	338	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за прием пищи:	865			26,6	24,0	112,9	780,9
Всего за день:				42,2	43,4	195,8	1363,4

Зав. производством: 

Калькулятор: