ООО "СЕРНА"

«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ № 974

И.О директора Любова Е.Б.

МЕНЮ

бюджетное питание (7-11)

На «06» октября 2023 год

Наименование	Выход, г	Технологическая и норматив-ная документа-ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологичес-кой карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Угле-воды, Всего г	Энер-гетическая ценность, ккал.
5 день							
Завтрак							
Бутерброд с сыром (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный)	35	2008	3	4,5	8,7	7,4	131,0
Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба" (крупа рисовая, крупа пшено, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	150/5	2008	190	5,9	4,8	20,1	168,0
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	2008	433	2,9	2,5	24,8	134,0
Печенье обогащенное	20	к/к	5	1,4	2,6	14,6	88,0
Плоды свежие (мандарины)	100	к/к	3	0,8	0,2	7,5	38,0
Итого за прием пищи:	**510**			**15,5**	**18,8**	**74,4**	**559,0**
Обед							
Салат "Степной" из разных овощей с маслом растительным (картофель, морковь,огурец соленый, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло растительное)	60	2008	30	2,2	6,1	4,7	82,2
Суп крестьянский с крупой со сметаной (капуста свежая, картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль)	200/10	2015	98	1,5	4,9	5,2	70,7
Биточки рыбные запеченые, соус сметанный (филе минтая, хлеб пшеничный, молоко, масло сливочное, сметана, мука пшеничная, соль)	90/20	2012	255/354	11,7	4,5	8,8	123,9
Картофель отварной (картофель, соль, масло сливочное)	150	2008	333	2,9	4,7	23,5	148,0
Компот из изюма (изюм, сахар, кислота лимонная)	200	2008	401	0,5	0,1	28,1	116,0
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)	15	к/к	9	1,3	0,3	7,0	40,5
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:	**885**			**26,0**	**23,5**	**113,9**	**778,3**
Всего за день:				**41,5**	**42,3**	**188,3**	**1337,3**

Зав. производством:

Калькулятор: