



**МЕНЮ**  
бюджетное питание (7-11)

На «06» декабрь 2021 год

Наименование	Выход (г)	Технологический	Номер рецептуры	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность
				Всего	Всего		
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с яйцом (яйцо отварное, хлеб пшеничный)	20/15	УСП	ТК № 114	4,1	2,9	10,2	82,3
Макаронные изделия отварные с сыром (макаронные изделия отварные, сыр, масло сливочное, соль)	200	2012	ТК № 207	15,5	16,7	37,9	369,8
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	2012	ТК № 392	0,1	0,0	6,6	26,5
Яблоко свежее (яблоко)	150	УСП	ТК № 010	0,6	0,6	14,7	70,5
Печенье сахарное	30	УСП	ТК № 122	2,3	2,90	22,3	125,10
<b>Итого:</b>	<b>63,00</b>			<b>19,45</b>	<b>19,70</b>	<b>84,05</b>	<b>595,40</b>
<b>Обед</b>							
Салат витаминный (капуста белокачанная, морковь, яблоки свежие, лук репчатый, перец сладкий, горошек зеленый консервированный, масло растительное, соль)	100	1996	ТК № 27	1,2	5,2	9,5	90,0
Суп картофельный с горохом и гречками (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, петрушка (корень), масло сливочное, соль, хлеб пшеничный)	200/20	2012	ТК № 81	6,0	4,5	23,3	156,7
Биточки рыбные (запеченные) с соусом сметанным с томатом и луком (филе минтая, хлеб пшеничный, молоко, масло сливочное, сметана, мука пшеничная, вода, лук репчатый, паста томатная, соль)	100/30	2012	ТК № 255/357	13,5	6,50	11,00	159,2
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное, соль)	150	2012	ТК № 321	3,1	4,8	20,4	137,3
Кисель из кураги с витамином "С" (курага, сахар, крахмал картофельный, кислота лимонная, вода)	200	УСП	ТК № 063	1,0	0,1	23,5	99,5
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами (хлеб ржано-пшеничный)	30	УСП	ТК № 056	2,0	0,3	12,7	61,2
Зефир витаминизированный в инд. упаковке производителя (зефир)	30	УСП	ТК № 123	0,2	0,00	23,20	94,90
<b>Итого:</b>	<b>110,00</b>			<b>26,99</b>	<b>21,42</b>	<b>123,67</b>	<b>798,77</b>
<b>Всего:</b>	<b>173,00</b>			<b>46,44</b>	<b>41,12</b>	<b>207,72</b>	<b>1394,17</b>

Зав. производством: 

Калькулятор: