



## МЕНЮ

бюджетное питание (12-18 лет)

На «12.» декабрь 2022 год

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая	Технологический	Номер рецептуры
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с джемом (джем, масло сливочное, хлеб пшеничный)	20/5/15	1,2	4,3	22,0	132,0	2008	2
Омлет натуральный (яйца, молоко, масло растительное, соль)	200	19,3	31,8	3,6	378,2	2008	214
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	2,9	2,5	24,8	134,0	2008	433
Фрукты свежие (яблоко)	110	0,4	0,4	10,8	51,7	2015	338
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>23,8</b>	<b>39,0</b>	<b>61,2</b>	<b>695,9</b>		
<b>Обед</b>							
Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное)	100	1,4	10,1	6,6	123,0	2008	51
Суп картофельный (картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль)	250	3,6	2,9	19,2	117,0	2008	92
Котлеты рубленные из птицы (филе кури, хлеб пшеничный, молоко, масло растительное, соль)	100	18,6	14,2	17,0	270,0	2008	314
Капуста тушеная (капуста свежая, масло сливочное, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота, мука пшеничная, сахар, соль)	180	4,6	5,2	11,8	111,6	2008	346
Компот из смеси сухофруктов (компотная смесь, сахар, кислота лимонная)	200	0,6	0,1	31,7	131,0	2008	402
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	30	0,1	0,4	10,0	52,2	ТТК	2
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	20	1,5	0,5	10,3	52,4	ТТК	5
<b>Итого:</b>	<b>880</b>	<b>30,4</b>	<b>33,4</b>	<b>106,6</b>	<b>857,2</b>		
<b>Всего:</b>		<b>54,2</b>	<b>72,4</b>	<b>167,8</b>	<b>1553,1</b>		

Зав. производством:

Калькулятор: