

МЕНЮ
 бюджетное питание (12-18)
 На 13 сентября 2023 год



Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив- ная	№ рецептур ы или технологии	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер-гети- ческая цен-ность, ккал.
				Всего г	Всего г	Всего г	
9 день							
Завтрак							
Бутерброд с джемом (джем, масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2008	2	1,2	4,3	22,0	132,0
Макароны отварные с сыром (макаронные изделия, сыр, масло сливочное, соль)	200	2015	204	13,6	12,5	34,1	314,4
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	2008	433	2,9	2,5	24,8	134,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	15	к/к	9	1,3	0,3	7,0	40,5
Плоды свежие (мандарины)	100	к/к	3	0,8	0,2	7,5	38,0
Итого за прием пищи:	555			19,8	19,8	95,4	658,9
Обед							
Салат из свеклы отварной (свекла, масло растительное, соль)	100	2015	52	1,4	6,0	8,3	92,8
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сметана, соль)	250/5	2012	67	1,9	5,7	8,7	92,8
Птица, тушеная в соусе с овощами (филе курицы, масло растительное, лук репчатый, картофель, морковь, горошек консервированный, мука пшеничная, соль)	280	2008	308	18,2	14,6	31,6	367,8
Сок фруктовый в ассортименте	200	2008	442	1,0	0,2	19,8	86,0
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)	20	к/к	9	1,8	0,5	10,7	54,0
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:	995			30,2	29,9	115,7	890,4
Всего за день:				50,0	49,7	211,1	1549,3

Зав. производством: *ИИ*

Калькулятор: