



## МЕНЮ

бюджетное питание (12-18)

На «14» декабря 2021 год

Наименование	Выход (г)	Технологический	Номер рецептуры	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность
				Всего	Всего		
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с джемом (джем, масло сливочное, хлеб пшеничный)	20/5/15	2008	ТК № 2	1,20	4,30	22,00	132,00
Каша гречневая молочная вязкая с маслом сливочным (крупа гречневая, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	200/5	2008	ТК № 184	8,73	9,26	34,65	299,04
Чай с сахаром и лимоном (чай, сахар, лимон)	200/10	2012	ТК № 393	0,09	0,01	9,44	38,57
Банан свежий (свежий)	200	УСП	ТК № 096	3,00	1,00	42,00	192,00
<b>Итого:</b>	<b>63,00</b>			<b>13,02</b>	<b>14,57</b>	<b>108,09</b>	<b>661,61</b>
<b>Обед</b>							
Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов ( капуста белокачанная, помидоры свежие, огурцы свежие, масло растительное, соль)	100	2014	ТК № 10	2,00	5,68	4,64	76,82
Суп картофельный с рыбой (картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, филе минтая, соль )	250/20	2008	ТК № 92	8,35	3,56	19,27	142,36
Плов из птицы (филе курицы, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль)	350	2012	ТК № 304	36,23	12,68	58,45	493,58
Компот из смеси сухофруктов с витамином "С" (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм, сахар, кислота лимонная)	200	УСП	ТК № 095	0,00	0,00	6,80	27,10
Печенье сахарное	30	УСП	ТК № 122	2,30	2,90	22,30	125,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	30	УСП	ТК № 056	2,00	0,30	12,70	61,20
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	15	УСП	ТК № 004	1,10	0,40	7,70	39,30
<b>Итого:</b>	<b>110,00</b>			<b>51,98</b>	<b>25,52</b>	<b>131,86</b>	<b>965,47</b>
<b>Всего:</b>	<b>173,00</b>			<b>65,00</b>	<b>40,09</b>	<b>239,95</b>	<b>1627,08</b>

Зав. производством: 

Калькулятор: