




МЕНЮ
бюджетное питание (7-11)

На «16» марта 2023 год

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник	№ рецептуры или технологи- чес- кой	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
10 день							
Завтрак							
Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)	25	2008	1	1,1	8,4	7,5	110,0
Пудинг из творога с молоком сгущенным (творог, крупа манная, яйца, сахар, ванилин, изюм, масло сливочное, сухари пшеничные, сметана, соль, молоко сгущенное)	150/10	2008	225	15,2	9,9	35,3	302,4
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	2008	430	0,2	0,1	15,0	60,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Плоды свежие (яблоки)	100	2015	338	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за прием пищи:	510			19,1	19,4	81,0	586,9
Обед							
Салат из моркови и яблок с яйцом (морковь, яблоки свежие, яйца, масло растительное)	60	2015	65	1,0	2,7	7,3	39,7
Суп картофельный с фасолью (картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, масло растительное, соль)	200	2012	81	4,1	4,3	12,9	106,6
Тефтели мясные (1-й вариант) (говядина, хлеб пшеничный, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, сметана, соль)	90	2008	283	9,8	11,4	2,0	176,5
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	150	2008	331	5,5	4,8	31,3	191,0
Компот из смеси сухофруктов (яблоки, груши, чернослив, курага, изюм, сахар, кислота лимонная)	200	2008	402	0,6	0,1	31,7	131,0
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)	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Итого за прием пищи:	765			26,0	24,3	117,2	802,3
Всего за день:				45,1	43,7	198,2	1389,2

Зав. производством: 

Калькулятор: