

ООО "СЕРНА"

«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ №



МЕНЮ
бюджетное питание (7-11)
На « 16 » сентября 2022 год

| Наименование | Выход (г) | Технологический нормативный документ | Номер рецептуры | Белки (г) Всего | Жиры (г) Всего | Углеводы (г) | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|---------------|--------------------------------------|-----------------|-----------------|----------------|---------------|--------------------------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с яйцом (яйца, хлеб пшеничный) | 20/15 | УСП | ТК № 114 | 4,05 | 2,90 | 10,15 | 82,30 |
| Каша овсяная "Геркулес" жидкая (крупка овсяная, молоко, масло сливочное, сахар, соль) | 200 | 2008 | 189 | 6,60 | 9,73 | 24,40 | 210,80 |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 200 | 2012 | 392 | 0,10 | 0,00 | 6,60 | 26,50 |
| Мандарин свежий (мандарин) | 100 | УСП | ТК № 052 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| Итого: | 85,09 | | | 11,55 | 12,83 | 48,65 | 357,60 |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из соленых огурцов с луком зеленым (огурцы соленные, зеленый лук, масло растительное) | 60 | 2008 | 20 | 1,62 | 3,06 | 1,56 | 40,20 |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, морковь, петрушка(корень), лук репчатый, томатная паста, масло растительное, кислота лимонная, сметана, соль) | 200/10 | 2008 | 76 | 5,08 | 6,20 | 9,77 | 115,86 |
| Котлета любительская рыбная (филе минтая, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничный, яйца, молоко, масло растительное, соль) | 90 | 2008 | 241 | 14,76 | 5,94 | 5,40 | 135,00 |
| Картофель отварной (картофель, масло сливочное, соль) | 150 | 2008 | 123 | 2,88 | 0,58 | 22,77 | 108,10 |
| Компот из изюма (изюм, сахар, кислота лимонная) | 200 | 2008 | 401 | 0,50 | 0,10 | 28,10 | 116,00 |
| 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 |
| Итого: | 127,63 | | | 27,94 | 16,58 | 88,00 | 615,66 |
| Всего: | 212,72 | | | 39,49 | 29,41 | 136,65 | 973,26 |

Зав. производством:

Калькулятор: