

ООО "СЕРНА"

«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ №



МЕНЮ
бюджетное питание (12-18 лет)

На « 16 » сентября 2022 год

| Наименование | Выход (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Энергетическая | Технологический | Номер рецептуры |
|--|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|-----------------|-----------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с джемом (джем, масло сливочное, хлеб пшеничный) | 20/5/15 | 1,2 | 4,3 | 22,0 | 132,0 | 2008 | 2 |
| Макаронны с сыром (макаронные изделия, сыр, масло сливочное, соль) | 200 | 9,5 | 20,6 | 36,1 | 374,7 | 2008 | 210 |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 200 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 2008 | 430 |
| Фрукты свежие (яблоко) | 110 | 0,4 | 0,4 | 10,8 | 51,7 | 2015 | 338 |
| Итого: | 550 | 11,3 | 25,4 | 83,9 | 618,4 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты (капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное) | 100 | 1,6 | 5,1 | 7,7 | 83,0 | 2008 | 40 |
| Борщ с фасолью и картофелем со сметаной (свекла, картофель, морковь, фасоль, петрушка(корень), лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сахар, кислота лимонная, сметана, соль) | 250/10 | 4,9 | 5,8 | 15,6 | 134,0 | 2008 | 79 |
| Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным (филе минтая, лук репчатый, яйца, сухари панировочные, масло растительное, масло сливочное, соль) | 100 | 15,8 | 15,2 | 15,0 | 260,0 | 2008 | 239 |
| Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное, соль) | 180/10 | 3,7 | 16,3 | 24,5 | 259,2 | 2008 | 335 |
| Напиток из шиповника (плоды шиповника сушеные, сахар) | 200 | 0,7 | 0,3 | 24,4 | 103,0 | 2008 | 441 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный) | 30 | 0,1 | 0,4 | 10,0 | 52,2 | ТТК | 2 |
| Итого: | 880 | 26,8 | 43,1 | 97,2 | 891,4 | | |
| Всего: | | 38,1 | 68,5 | 181,1 | 1509,8 | | |

Зав. производством:

Калькулятор: