



МЕНЮ
бюджетное питание (12-18)
На «11» 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
Пудинг из творога, запеченый (творог, крупа манная, яйца, сахар, ванилин, изюм, масло сливочное, сухари пшеничные, сметана, соль)	200	2012	235	31,33	22,53	49,07	529,44
Чай с вареньем (чай, варенье)	200	УСП	ТК № 126	0,10	0,00	7,40	29,10
Апельсин свежий (апельсин)	120	ТТК	ТК № 009/21	1,12	0,24	9,76	51,60
Итого:	85,09			36,60	25,67	76,38	692,44
Обед							
Салат из моркови и яблок (морковь, яблоки свежие, масло растительное)	100	2012	40	0,86	5,22	7,80	82,00
Щи по-уральски со сметаной (капуста квашеная, крупа перловая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сметана, соль)	250/10	2008	87	3,20	5,60	7,20	92,00
Плов из птицы (филе курицы, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло растительное, соль)	280	2012	304	28,98	10,15	46,76	394,87
Компот из апельсинов (апельсины, сахар)	200	ТТК	ТК № 005/21	0,50	0,10	17,00	73,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами (хлеб ржано-пшеничный)	30	УСП	ТК № 056	2,00	0,30	12,70	61,20
Итого:	127,63			35,54	21,37	91,46	703,07
Всего:	212,72			72,14	47,04	167,84	1395,51

Зав. производством: 

Калькулятор: