



МЕНЮ
бюджетное питание (7-11)

На « 19 » Апрель 2023 год

| Наименование | Выход, | Технологи- ческая и норматив-ная документа-ция /сборник рецептур/ | № рецептуры или технологи- чес-кой карты | Белки | Жиры | Угле-воды, | Энер-гети- ческая цен- ность, ккал. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------|-------------|--------------|-------------------------------------------|
| | г | | | Всего | Всего | Всего | |
| | | | | г | г | г | |
| 9 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с джемом (джем, масло сливочное, хлеб пшеничный) | 40 | 2008 | 2 | 1,2 | 4,3 | 22,0 | 132,0 |
| Макароны отварные с сыром (макаронные изделия, сыр, масло сливочное, соль) | 160 | 2015 | 204 | 10,9 | 11,9 | 27,3 | 267,5 |
| Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар) | 200 | 2008 | 433 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 |
| Фрукты свежие (мандарины) | 100 | к/к | 3 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 38,0 |
| Итого за прием пищи: | 500 | | | 15,8 | 18,9 | 81,6 | 571,5 |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из свеклы отварной (свекла, масло растительное, соль) | 60 | 2015 | 52 | 0,8 | 3,6 | 5,0 | 55,7 |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сметана, соль) | 200/5 | 2012 | 67 | 1,6 | 4,7 | 7,0 | 75,8 |
| Птица, тушеная в соусе с овощами (филе курицы, масло растительное, лук репчатый, картофель, морковь, горошек консервированный, мука пшеничная, соль) | 240 | 2008 | 308 | 14,3 | 12,5 | 27,0 | 315,3 |
| Сок фруктовый в ассортименте | 200 | 2008 | 442 | 1,0 | 0,2 | 19,8 | 86,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами (хлеб ржано-пшеничный) | 40 | к/к | 1 | 2,8 | 0,4 | 18,6 | 90,0 |
| Батон обогащенный микроэлементами (хлеб пшеничный) | 25 | к/к | 2 | 2,2 | 0,6 | 13,4 | 67,5 |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 100 | к/к | 6 | 3,1 | 2,5 | 18,0 | 107,0 |
| Итого за прием пищи: | 870 | | | 25,8 | 24,5 | 108,8 | 797,3 |
| Всего за день: | | | | 41,6 | 43,4 | 190,4 | 1368,8 |

Зав. производством:

Калькулятор: