


ООО "СЕРНА"



МЕНЮ
бюджетное питание (12-18)

На «20» Инваря 2023 год

Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив- ная	№ рецептуры или технологи-	Белки	Жиры	Угле-	Энергети- ческая цен- ность,
				Всего г	Всего г	воды, Всего г	
11 день							
Завтрак							
Закрытый бутерброд с сыром	60	2008	9	6,8	14,4	14,8	216,0
Каша "Янтарная" из пшена с яблоками	200	2008	187	6,7	9,8	37,4	265,6
Чай с сахаром и лимоном	200/7	2008	431	0,3	0,1	15,2	62,0
Батон обогащенный микронутриентами	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Плоды свежие (апельсины)	100	к/к	8	0,9	0,2	8,1	43,3
Итого за прием пищи:	592			16,9	25,1	89,0	654,4
Обед							
Салат витаминный (1-й вариант)	100	2008	41	1,2	5,2	9,5	90,0
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	2012	57	2,0	5,7	12,9	110,5
Плов из птицы	280	2012	304	21,5	10,3	42,3	401,3
Компот из кураги	200	2008	401	1,0	0,1	34,2	142,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	к/к	1	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон обогащенный микронутриентами	40	к/к	9	3,5	1,0	21,4	108,0
Итого за прием пищи:	915			32,0	22,7	138,9	941,8
Всего за день:	1507			48,9	47,8	227,9	1596,2

Зав. производством: 

Калькулятор: