



**МЕНЮ**  
бюджетное питание (12-18 лет)

На «20» декабря 2022 год

| Наименование   | Выход (г)  | Белки (г)   | Жиры (г)    | Углеводы (г) | Энергетическая | Технологический | Номер рецептуры |
|--|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|-----------------|-----------------|
| <b>Завтрак</b>   |            |             |             |              |                |                 |                 |
| Бутерброд с джемом (джем, масло сливочное, хлеб пшеничный)   | 20/5/15    | 1,2         | 4,3         | 22,0         | 132,0          | 2008            | 2               |
| Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком ( творог, крупа рисовая, яйца, сахар, крупа манная , масло сливочное, сухари пшеничные, сметана, соль, молоко сгущенное) | 200/20     | 13,1        | 10,1        | 74,7         | 445,7          | 2015            | 188             |
| Кофейный напиток (кофейный напиток, сахар, молоко)   | 200        | 1,5         | 1,3         | 22,4         | 107,0          | 2008            | 432             |
| Фрукты свежие (апельсин)   | 100        | 0,9         | 0,1         | 11,8         | 47,0           | 338             | 2015            |
| <b>Итого:</b>  | <b>560</b> | <b>16,7</b> | <b>15,8</b> | <b>130,9</b> | <b>731,7</b>   |                 |                 |
| <b>Обед</b>  |            |             |             |              |                |                 |                 |
| Салат из свеклы отварной (свекла, масло растительное, соль)  | 100        | 1,5         | 6,0         | 8,3          | 92,8           | 2015            | 52              |
| Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сметана, соль)                 | 250/10     | 3,1         | 5,6         | 8,0          | 96,0           | 2008            | 84              |
| Котлета рубленая из птицы с соусом молочным (филе кури, хлеб пшеничный, молоко, масло сливочное, соль, мука, сахар)  | 100        | 7,1         | 8,8         | 5,7          | 132,0          | 2008            | 316             |
| Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)  | 180        | 6,7         | 5,8         | 38,3         | 232,8          | 2008            | 209             |
| Компот из смеси сухофруктов (компотная смесь, сахар, кислота лимонная)   | 200        | 0,6         | 0,1         | 31,7         | 131,0          | 2008            | 402             |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)   | 30         | 0,1         | 0,4         | 10,0         | 52,2           | ТТК             | 2               |
| Йогурт в индивидуальной упаковке (йогурт)  | 125        | 3,5         | 3,1         | 13,8         | 100,0          | ТТК             | 3               |
| <b>Итого:</b>  | <b>995</b> | <b>22,6</b> | <b>29,8</b> | <b>115,8</b> | <b>836,8</b>   |                 |                 |
| <b>Всего:</b>  |            | <b>39,3</b> | <b>45,6</b> | <b>246,7</b> | <b>1568,5</b>  |                 |                 |

Зав. производством: *[Signature]*

Калькулятор: