ООО "СЕРНА"

«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ № 179

МЕНЮ

бюджетное питание (7-11)

На «21» февраля 2023 год

Наименование	Выход, г	Технологическая и норматив-ная документа-ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи-чес-кой карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Угле-воды, Всего г	Энер-гети-ческая цен-ность, ккал.
2 день							
Завтрак							
Бутерброд с яйцом (яйцо отварное, хлеб пшеничный)	35	к/к	7	3,9	2,7	8,2	71,9
Запеканка из творога с джемом (творог, яйца, сахар, крупа манная , масло сливочное, сухари пшеничные, сметана, джем, соль)	150/10	2012	237	12,9	15,4	38,2	365,3
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	2008	430	0,2	0,1	15,0	60,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	15	к/к	9	1,3	0,3	7,0	40,5
Плоды свежие (мандарины)	100	к/к	3	0,8	0,2	7,5	38,0
Итого за прием пищи:	**510**			**19,1**	**18,7**	**75,9**	**575,7**
Обед							
Салат из квашеной капусты (капуста квашеная, сахар, масло растительное)	60	2008	40	1,0	3,1	4,6	49,8
Борщ из свежей капусты с картофелем, птицей и сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, морковь, петрушка(корень), лук репчатый, томатная паста, масло сливочное,кислота лимонная, сметана, курица, соль)	200/5/5	2012/2008	57/307	4,9	6,0	11,3	101,3
Рыба, тушенная с овощами (филе минтая, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло растительное, соль)	100	2012	247	9,6	4,8	2,8	92,5
Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	150	2008	325	3,7	6,3	32,8	203,0
Компот из свежих яблок (яблоки свежие, сахар, лимонная кислота)	200	2008	394	0,2	0,2	27,9	115,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	40	к/к	1	2,8	0,4	18,6	90,0
Вафли обогащенные	20	к/к	4	0,9	5,8	12,6	106,0
Итого за прием пищи:	**780**			**23,1**	**26,6**	**110,6**	**757,6**
Всего за день:				**42,2**	**45,3**	**186,5**	**1333,3**

Зав. производством:

Калькулятор: