



**МЕНЮ**  
бюджетное питание (7-11)

На «22» марта 2023 год

| Наименование  | Выход,     | Технологи-<br>ческая и<br>норматив-ная<br>документа-ция<br>/сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологи-<br>чес-кой<br>карты | Белки       | Жиры        | Угле-воды,   | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. |
|---|------------|--|---|-------------|-------------|--------------|---|
|   | г          |  |   | Всего       | Всего       | Всего        |   |
|   |            |  |   | г           | г           | г            |   |
| <b>3 день</b>   |            |  |   |             |             |              |   |
| <b>Завтрак</b>  |            |  |   |             |             |              |   |
| Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)  | 25         | 2008   | 1   | 1,1         | 8,4         | 7,5          | 110,0                                     |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (крупа пшеничная, молоко, масло сливочное, сахар, соль)  | 155        | 2008   | 189   | 7,6         | 6,4         | 21,4         | 179,0                                     |
| Кофейный напиток (кофейный напиток, сахар, молоко)  | 200        | 2008   | 432   | 1,5         | 1,3         | 22,4         | 107,0                                     |
| Батон обогащенный микронутриентами (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                                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>505</b> |  |   | <b>15,5</b> | <b>19,2</b> | <b>82,7</b>  | <b>570,5</b>                              |
| <b>Обед</b>   |            |  |   |             |             |              |   |
| Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное)                                     | 60         | 2008   | 51  | 0,8         | 6,1         | 4,0          | 73,8                                      |
| Суп с макаронными изделиями и картофелем (макаронные изделия, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль)             | 200        | 2012   | 82  | 2,2         | 2,3         | 13,7         | 83,8                                      |
| Суфле из курицы (филе курицы, яйца, молоко, масло сливочное, мука пшеничная, соль)  | 90         | 2008   | 320   | 15,0        | 8,0         | 3,6          | 148,9                                     |
| Рагу овощное (3-й вариант) (картофель, морковь, лук репчатый, репа, капуста б/к свежая, масло сливочное, мука пшеничная, томатная паста, сахар, соль) | 150        | 2012   | 344   | 2,7         | 6,1         | 15,8         | 128,9                                     |
| Компот из апельсинов (апельсины, сахар, цедра)  | 200        | 2008   | 399   | 0,5         | 0,1         | 34,0         | 141,0                                     |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)  | 40         | к/к  | 1   | 2,8         | 0,4         | 18,6         | 90,0                                      |
| Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)   | 25         | к/к  | 2   | 2,2         | 0,6         | 13,4         | 67,5                                      |
| Плоды свежие (яблоки)   | 100        | 2015   | 338   | 0,4         | 0,4         | 9,8          | 47,0                                      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>865</b> |  |   | <b>26,6</b> | <b>24,0</b> | <b>112,9</b> | <b>780,9</b>                              |
| <b>Всего за день:</b>   |            |  |   | <b>42,1</b> | <b>43,2</b> | <b>195,6</b> | <b>1351,4</b>                             |

Зав. производством:

Калькулятор: