



**МЕНЮ**  
бюджетное питание (12-18)

На «23» октябрь 2023 год

Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив- ная	№ рецептур ы или технологи-	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер-гети- ческая цен-ность, ккал.
				Всего г.	Всего г.	Всего г.	
<b>7 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с яйцом (яйцо отварное, хлеб пшеничный)	35	к/к	7	3,9	2,7	8,2	71,9
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (крупа пшеничная, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	200	2008	189	7,3	7,0	32,2	222,9
Чай с молоком (чай, сахар, молоко)	200	АКП*	8	6,3	5,8	9,8	89,6
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	20	к/к	9	1,8	0,5	10,7	54,0
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>555</b>			<b>22,4</b>	<b>18,5</b>	<b>78,9</b>	<b>545,4</b>
<b>Обед</b>							
Огурец соленый (огурцы соленые)	100	АКП*	9	0,8	0,1	3,1	13,0
Щи из квашеной капусты с картофелем со сметаной (капуста квашеная, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная, масло сливочное, сметана, соль)	250/5	2012	71	1,8	5,7	6,9	85,3
Жаркое по-домашнему (говядина, картофель, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль)	280	2008	258	21,6	23,6	29,7	469,0
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
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	40	к/к	9	3,5	1,0	21,4	108,0
Плоды свежие (груши)	100	2015	338	0,4	0,3	10,3	47,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1015</b>			<b>31,1</b>	<b>31,3</b>	<b>117,9</b>	<b>927,3</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>53,5</b>	<b>49,8</b>	<b>196,8</b>	<b>1472,7</b>

Зав. производством:

Калькулятор: