

ООО "СЕРНА"

«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ №



МЕНЮ

бюджетное питание (7-11 лет)

На «23» декабря 2022 год

| Наименование | Выход (г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы (г) | Энергетическая ценность (ккал) | Технологический нормативный документ | Номер рецептуры |
|---|------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------|--------------------------------------|-----------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с яйцом (яйца, хлеб пшеничный) | 20/15 | 6,2 | 5,0 | 8,0 | 102,1 | ТТК | 1 |
| Каша овсяная "Геркулес" жидкая (крупа овсяная, молоко, масло сливочное, сахар, соль) | 200 | 6,8 | 10,0 | 25,2 | 217,3 | 2008 | 189 |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 200 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 2008 | 430 |
| Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 2015 | 338 |
| Печенье сахарное (печенье) | 20 | 1,5 | 1,9 | 14,9 | 83,4 | ТТК | 4 |
| Итого: | 555 | 15,1 | 17,4 | 72,9 | 509,8 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты (капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное) | 60 | 0,1 | 3,1 | 4,6 | 49,8 | 2008 | 40 |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, морковь, петрушка (корень), лук репчатый, томатная паста, масло растительное, кислота лимонная, сметана, соль) | 200/10 | 2,6 | 4,5 | 9,7 | 89,6 | 2008 | 76 |
| Котлета любительская рыбная (филе минтая, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничный, яйца, молоко, масло растительное, соль) | 90 | 14,8 | 6,0 | 5,4 | 135,0 | 2008 | 241 |
| Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное, соль) | 150/10 | 3,1 | 13,6 | 20,4 | 216,0 | 2008 | 335 |
| Компот из изюма (изюм, сахар, кислота лимонная) | 200 | 0,5 | 0,1 | 28,1 | 116,0 | 2008 | 401 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами (хлеб ржано-пшеничный) | 30 | 0,1 | 0,4 | 10,0 | 52,2 | ТТК | 2 |
| Батон обогащенный микроэлементами (хлеб пшеничный) | 20 | 1,5 | 0,5 | 10,3 | 52,4 | ТТК | 5 |
| Итого: | 780 | 22,7 | 28,2 | 88,5 | 711,0 | | |
| Всего: | | 37,8 | 45,6 | 161,4 | 1220,8 | | |

Зав. производством:

Калькулятор: