

ООО "СЕРНА"

«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ № 1744



МЕНЮ

бюджетное питание (12-18 лет)

На «28» ноября 2022 год

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая	Технологический	Номер рецептуры
Завтрак							
Бутерброд с джемом (джем, масло сливочное, хлеб пшеничный)	20/5/15	1,2	4,3	22,0	132,0	2008	2
Омлет натуральный (яйца, молоко, масло растительное, соль)	200	19,3	31,8	3,6	378,2	2008	214
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	2,9	2,5	24,8	134,0	2008	433
Фрукты свежие (яблоко)	110	0,4	0,4	10,8	51,7	2015	338
Итого:	550	23,8	39,0	61,2	695,9		
Обед							
Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное)	100	1,4	10,1	6,6	123,0	2008	51
Суп картофельный (картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль)	250	3,6	2,9	19,2	117,0	2008	92
Котлеты рубленые из птицы (филе курицы, хлеб пшеничный, молоко, масло растительное, соль)	100	18,6	14,2	17,0	270,0	2008	314
Капуста тушеная (капуста свежая, масло сливочное, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота, мука пшеничная, сахар, соль)	180	4,6	5,2	11,8	111,6	2008	346
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
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	20	1,5	0,5	10,3	52,4	ТТК	5
Итого:	880	30,4	33,4	106,6	857,2		
Всего:		54,2	72,4	167,8	1553,1		

Зав. производством:

Калькулятор: