

ООО "СЕРНА"

«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ № 474



МЕНЮ
 бюджетное питание (7-11)
 На «29» апрель 2022 год

Наименование	Выход (г)	Технологический нормативный документ	Номер рецептуры	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
				Всего	Всего		
Завтрак							
Бутерброд с яйцом (яйца, хлеб пшеничный)	20/15	УСП	ТК № 114	4,05	2,90	10,15	82,30
Каша овсяная "Геркулес" жидкая (крупа овсяная, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	200	2008	189	6,60	9,73	24,40	210,80
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	2012	392	0,10	0,00	6,60	26,50
Мандарин свежий (мандарин)	100	УСП	ТК № 052	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого:	85,09			11,55	12,83	48,65	357,60
Обед							
Салат из соленых огурцов с луком зеленым (огурцы соленные, зеленый лук, масло растительное)	60	2008	20	1,62	3,06	1,56	40,20
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	2008	76	5,08	6,20	9,77	115,86
Котлета любительская рыбная (филе минтая, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничный, яйца, молоко, масло растительное, соль)	90	2008	241	14,76	5,94	5,40	135,00
Картофель отварной (картофель, масло сливочное, соль)	150	2008	123	2,88	0,58	22,77	108,10
Компот из изюма (изюм, сахар, кислота лимонная)	200	2008	401	0,50	0,10	28,10	116,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	30	УСП	ТК № 056	2,00	0,30	12,70	61,20
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	15	УСП	ТК № 004	1,10	0,40	7,70	39,30
Итого:	127,63			27,94	16,58	88,00	615,66
Всего:	212,72			39,49	29,41	136,65	973,26

Зав. производством: 

Калькулятор: