


ООО "СЕРНА"



МЕНЮ
 бюджетное питание (12-18 лет)
 На «30» ноября 2022 год

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая	Технологический	Номер рецептуры
Завтрак							
Бутерброд с яйцом (яйца, хлеб пшеничный)	20/15	6,2	5,0	8,0	102,1	ТТК	1
Пудинг из творога, запеченый (творог, крупа манная, яйца, сахар, ванилин, изюм, масло сливочное, сухари пшеничные, сметана, соль)	200	24,7	20,9	42,7	459,1	2015	222/326
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	0,2	0,1	15,0	60,0	2008	430
Фрукты свежие (яблоко)	115	0,5	0,5	11,3	54,1	2015	338
Итого:	550	31,6	26,5	77,0	675,3		
Обед							
Салат из соленых огурцов с луком зеленым (огурцы соленые, лук репчатый, масло растительное)	100	2,7	5,1	2,6	67,0	2008	20
Щи по-уральски со сметаной (капуста квашеная, крупа перловая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сметана, соль)	250/10	3,2	5,6	7,2	92,0	2008	87
Плов из птицы (филе кури, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло растительное, соль)	280	33,4	25,5	51,7	571,2	2008	311
Напиток апельсиновый (апельсины, сахар)	200	0,2	0,0	25,7	105,0	2008	436
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	30	0,1	0,4	10,0	52,2	ТТК	2
Итого:	870	39,6	36,6	97,2	887,4		
Всего:		71,2	63,1	174,2	1562,7		

Зав. производством: 

Калькулятор: