

ООО "СЕРНА"

«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ № 474



МЕНЮ
бюджетное питание (12-18)

На «31» января 2022 год

Наименование	Выход (г)	Технологический	Номер рецептуры	Белки (г)	Жиры (г)	Углевод	Энергетическая ценность
				Всего	Всего	ы (г)	
Завтрак							
Бутерброд с джемом (джем, масло сливочное, хлеб пшеничный)	20/5/15	2008	ТК № 2	1,20	4,30	22,00	132,00
Омлет натуральный (молоко, яйца, растительное масло, соль)	200	2008	ТК № 214	14,42	23,80	2,72	282,88
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	УСП	ТК № 079	4,10	6,00	12,60	121,10
Яблоко свежее (яблоко)	120	2011	ТК № 338	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого:	64,22			23,82	38,70	30,22	572,98
Обед							
Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное)	100	2008	ТК № 51	1,50	5,18	7,18	80,16
Суп картофельный с зеленью петрушки (картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, зелень петрушки, соль)	250/1	2008	ТК № 92	7,40	5,50	10,90	122,40
Котлета рубленая из птицы с маслом сливочным (филе кури, хлеб пшеничный, молоко, масло сливочное, масло растительное, соль)	100/5	2008	ТК № 314	12,60	10,30	8,40	185,10
Капуста тушеная, из свежей (капуста б/к, масло сливочное, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота, мука пшеничная, сахар, соль, лавровый лист)	180	2008	ТК № 346	3,10	4,80	20,44	137,30
Компот из смеси сухофруктов с витамином "С" (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм, сахар, кислота лимонная)	200	УСП	ТК № 095	0,00	0,00	6,80	27,10
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:	110,92			27,70	26,48	74,12	652,56
Всего:	175,14			51,52	65,18	104,34	1225,54

Зав. производством: 

Калькулятор: