



А. Добренко

МЕНЮ
бюджетное питание

На « 13 » Апрель 2021 год

Наименование	Выход (г)	Технологический	Номер рецепту	Белки (г)	Жиры (г)	Углевод ы (г)	Энергет ическая
				Всего	Всего		
Завтрак							
Бутерброд с повидлом (повидло, масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2008	2	1,2	4,3	22,0	132,0
Запеканка из творога (творог, яйца, сахар, крупа манная, масло растительное, сухари пшеничные, сметана, соль)	150	2008	224	26,6	15,6	24,2	332,0
Кофейный напиток (кофейный напиток, сахар, молоко)	200	2008	432	1,5	1,3	22,4	107,0
Мандарин свежий (мандарин)	100	к/к	к/к	0,8	0,0	7,5	38,0
Итого:	63,00			30,1	21,2	76,1	609,0
Обед							
Салат из квашеной капусты с маслом растительным (капуста квашеная, лук зеленый или репчатый, сахар, масло растительное)	60	2008	40	1,0	3,1	4,6	49,8
Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, морковь, петрушка(корень), лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, кислота лимонная, сметана, говядина, соль)	200/5/10	2008	76	2,88	6,6	12,8	104,8
Рыба / филе трески / запеченная в сметанном соусе (гарнир-картофель отварной) (треска, мука пшеничная, масло растительное, соль, картофель, масло сливочное, мука пшеничная, сметана)	230	2012	252/318	14,1	14,2	22,9	304,4
Компот из свежих яблок с витамином "С" (яблоки, сахар, кислота лимонная)	200	2008	394	0,2	0,2	27,9	115,0
Вафли обогащенные	30	к/к	к/к	0,8	1,0	20,0	106,2
Батон обогащенный микроэлементами (хлеб пшеничный)	25	к/к	к/к	2,0	1,2	13,0	71,9
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами (хлеб ржано-пшеничный)	40	к/к	к/к	3,2	1,7	20,4	92,0
	110,00			24,2	28,0	121,6	844,1
Всего:	173,00			54,3	49,2	197,7	1453,1

Зав. производством:

Владимир Крайнев

Калькулятор:

КМ