ООО "СЕРНА"

«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ № 104

И.А. Добренко

МЕНЮ

бюджетное питание

На «26» мая 2021 год

Наименование	Выход (г)	Технологический	Номер рецепту	Белки (г) Всего	Жиры (г) Всего	Углеводы (г)	Энергетическая
Завтрак							
Бутерброд с колбасой п/к (колбаса п/к , хлеб пшеничный)	35	2008	5	4,9	7,4	7,4	116,0
Запеканка из творога с морковью (творог, крупа манная, мука пшеничная, сахар, яйца, масло растительное, сухари, сметана, морковь, соль)	150	2011	224	18,6	15,3	36,9	346,3
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	2008	433	2,9	2,5	24,8	134,0
Яблоко свежее (яблоко)	100	2011	338	0,4	0,4	9,8	44,4
Итого:	**63,00**			**26,8**	**25,6**	**78,9**	**640,7**
Обед							
Икра морковная (морковь, лук репчатый, масло растительное, лимонная кислота, соль, томатная паста)	60	2008	56	2,3	4,9	4,5	70,8
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (капуста белокачанная, картофель, морковь, петрушка(корень), лук репчатый, масло сливочное, сметана, соль)	200/5	2008	84	2,4	4,1	6,3	72,0
Плов из птицы (филе куры, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль)	230	2012	304	12,7	11,7	41,9	299,0
Компот из смеси сухофруктов с витамином "С" (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм, сахар, кислота лимонная)	200	2008	402	0,6	0,1	31,7	131,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	40	к/к	к/к	3,2	1,7	20,4	92,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	к/к	2,0	1,2	13,0	71,9
Йогурт в индивидуальной упаковке производителя 2,5% жирности	100	к/к	к/к	3,7	2,5	4,9	87,0
	110,00			**26,9**	**26,1**	**122,7**	**823,7**
Всего:	**173,00**			**53,7**	**51,7**	**201,6**	**1464,4**

Зав. производством: /Вахнина О.Н./

Калькулятор: