



Директор, ГБОУ № 104

104

А. Дабренко

**МЕНЮ**  
бюджетное питание

На « 22 » Апреля 2021 год

Наименование	Выход (г)	Технологический	Номер рецепту	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая
				Всего	Всего		
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с ветчиной (ветчина, хлеб пшеничный)	35	2008	5	4,9	5,4	21,4	117,0
Каша "Дружба" молочная жидкая (крупа рисовая, крупа пшено, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	150	2008	190	4,7	7,5	19,5	168,0
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	2008	430	0,2	0,0	15,0	60,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	к/к	2,0	1,2	13,0	71,9
Банан свежий	200	к/к	к/к	3,0	1,0	27,7	192,0
<b>Итого:</b>	<b>63,00</b>			<b>14,8</b>	<b>15,1</b>	<b>96,6</b>	<b>608,9</b>
<b>Обед</b>							
Салат из свеклы отварной с маслом растительным, яйцом вареным (свекла, масло растительное, соль, яйца)	60/20	2011	52/209	5,7	7,0	3,6	100,1
Суп картофельный с фасолью (картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, петрушка (корень), масло сливочное, соль)	200	2008	99	5,1	3,6	14,9	112,8
Тефтели мясные (из говядины) в соусе сметанном с луком (говядина, хлеб пшеничный, лук репчатый, масло растительное, мука, сметана, соль)	80/30	2012	286/356	7,8	16,7	10,6	181,0
Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль, масло сливочное)	150	2008	323	3,6	4,6	37,7	206,0
Сок фруктовый (вишневый)	200	2008	442	1,0	0,2	19,2	92,0
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
	<b>110,00</b>			<b>28,4</b>	<b>35,0</b>	<b>119,4</b>	<b>855,8</b>
<b>Всего:</b>	<b>173,00</b>			<b>43,1</b>	<b>50,0</b>	<b>216,0</b>	<b>1464,7</b>

Зав. производством:

*Владимир Кривошеин О.А.*

Калькулятор:

*С.И.*