

ООО "СЕРНА"



«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ № 104

А. Дебренко

МЕНЮ
бюджетное питание

На « 19 » Апреля 2021 год

Наименование	Выход (г)	Технологический	Номер рецепту	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая
				Всего	Всего		
Завтрак							
Закрытый бутерброд с сыром (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный)	60	2008	9	6,8	14,4	14,8	216,0
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (крупа пшеничная, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	155	2008	189	5,6	6,4	24,8	179,0
Кофейный напиток (кофейный напиток, сахар, молоко)	200	2008	432	1,5	1,3	22,4	107,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	к/к	2,0	1,2	13,0	71,9
Яблоко свежее (яблоко)	100	2011	338	0,4	0,4	9,8	44,4
Итого:	63,00			16,3	23,7	84,8	618,3
Обед							
Салат из свеклы отварной с маслом растительным, с сельдью с/с (свекла, масло растительное, сельдь)	60/20	2011	52	3,1	3,7	5,6	69,1
Щи из квашеной капусты с говядиной и сметаной (капуста квашеная, морковь, мука пшеничная, лук репчатый, масло растительное, сметана, соль, томатная паста, говядина)	200/5/5	2008	85	1,9	2,0	19,0	76,8
Сосиски молочные отварные (сосиски)	100	2008	254	9,2	10,4	0,4	143,7
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное, соль)	150	2008	335	3,1	5,4	20,3	141,0
Компот из апельсинов (апельсины, цедра, сахар)	200	2008	399	0,5	0,1	34,0	141,0
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	1,16	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			26,7	27,0	117,6	822,5
Всего:	173,00			43,0	50,7	202,4	1440,8

Зав. производством:

Калькулятор:

Васильев / Рахмисов