Согласовано

Директор школы

ООО "Кавалер"

с 12-18

МЕНЮ

на 24 ноября 2022 г **Школа № 421**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур / технологической карты	№№ рецептур или технологической карты	Пищевая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак							
Бутерброд с сыром	15/25	2008	3	5,94	5,37	14,91	131,31
Пудинг из творога с молоком сгущеным	200/30	2008	225	17,86	18,91	63,67	367,36
Чай с молоком	200	2008	433	2,89	2,45	19,45	104,00
Апельсины	100	к/к	к/к	0,75	0,00	7,50	38,00
ИТОГО:	**570**			**27,44**	**26,73**	**105,53**	**640,67**
Обед							
Салат витаминный с маслом растительным/ 1-ый вариант/ до 28.02							
с 01.03 салат из квашеной капусты *	100	2008	41	1,20	3,53	9,50	90,00
Борщ из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной	250/5/10	2008	76	4,14	7,40	11,46	96,51
Котлета рыбная	120	2010	239	19,61	15,60	23,59	202,72
Пюре картофельное	180	2008	335	3,72	6,48	24,36	169,20
Компот из изюма	200	2008	401	1,10	0,00	31,40	139,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	к/к	к/к	4,80	2,56	30,60	138,00
Батон обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,67	1,55	17,32	95,85
Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковк, массовая доля жира 2,5%	125	к/к	к/к	3,91	2,50	6,64	67,97
ИТОГО за обед:	**1080**			**37,24**	**37,12**	**148,23**	**999,25**
Итого за день:							**1639,92**

Директор ООО "Кавалер":

Калькулятор:

Зав.производством:

Орг. питания Бударова ВА