



МЕНЮ

на 22 ноября 2022 г.

Школа № 421

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур /	№№ рецептур или технологической карты	Пищевая ценность			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак							
Запеканка из творога с морковью, с молоком сгущенным	150/30	2011	224	18,50	19,28	57,25	357,50
Бутерброд с сыром и маслом слив.	20/20/5	2008	3	4,50	4,50	7,40	88,00
Какао с молоком	200	2008	433	2,90	2,50	30,80	133,90
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
ИТОГО:	525			26,30	26,68	105,25	623,80
Обед							
Икра морковная	60	2008	56	1,28	2,86	4,50	70,80
Щи из свежей капусты с картофелем	200	2008	84	2,50	4,50	6,43	77,20
Плов из филе птицы	240	2008	311	11,80	12,12	24,12	315,64
Компот из сухофруктов	200	2008	402	0,00	0,00	23,30	92,90
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон обогащенный микронутриент..	30	к/к	к/к	2,00	1,16	12,99	71,89
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:	895			24,69	24,84	98,38	788,40
ИТОГО за день:							1412,20

Директор ООО "Кавалер":

Калькулятор:

Зав. производством:



От питания Варова ВА Вред

