

МЕНЮ
на 16 февраля 2023 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							
Бутерброд с сыром и маслом сливочным	20/25/5	2008	3	5,78	5,22	14,44	127,67
Омлет с морковью	200	2012	217	5,73	16,13	22,80	201,33
Чай с сахаром и лимоном	200/5	2008	431	0,30	0,10	15,20	62,00
Батон обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,67	1,55	17,32	95,85
Мандарин	100	к/к	к/к	0,75	0,00	7,50	38,00
Пряник	40	к/к	к/к	1,90	1,90	5,00	65,00
ИТОГО:	635			17,13	24,90	82,26	589,85
Обед							
Салат из квашеной капусты*	100	2008	40	1,60	5,10	9,37	86,67
Суп из овощей	250	2008	95	3,00	4,20	10,20	91,00
Рагу из птицы	280	2008	309	22,54	14,24	16,42	278,45
Кисель из свежих яблок	200	2008	405	0,20	0,20	29,90	115,00
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 упаковке, массовая доля жира 2,5%	125	к/к	к/к	3,91	2,50	6,64	67,97
ИТОГО за обед:	1055			38,72	30,35	120,45	872,94
Итого за день:				55,85	55,25	202,71	1462,79

Срт питания Тварова ВА

Директор ООО "Кавалер":

Калькулятор:

Зав.производством:



Директор

Ю.А. Большакова
Ю.А. Большакова