

МЕНЮ

на 09 марта 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	15/20	2008	3	4,50	4,50	7,40	88,00
Пудинг из творога с молоком сгущеным	150/30	2008	225	16,02	17,86	52,29	424,28
Чай с молоком	200	2012	394	2,89	2,45	19,45	104,00
Апельсин	100	к/к	к/к	0,75	0,00	7,50	38,00
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,17	92,00
ИТОГО:	715			25,16	25,01	105,81	746,28
Обед							
Салат витаминный с маслом растительным/ 1-ый вариант/ до 28.02							
с 01.03 салат из квашеной капусты *	60	2008	41	0,72	2,12	5,70	54,00
Борщ из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной	200/5/10	2008	76	3,36	6,00	9,30	78,30
Рыба тушеная в томате с овощами	75/75	2008	231	10,35	7,20	6,15	159,00
Пюре картофельное	150	2008	335	3,10	5,40	20,30	141,00
Компот из изюма	200	2008	401	0,50	0,10	28,10	116,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,00	1,16	12,99	71,89
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:	970			27,14	26,18	109,58	780,16
ИТОГО за день:				52,30	51,19	215,39	1526,44

Директор ООО "Кавалер"

Калькулятор:

Зав. производством:



Директор

Ю.А.Большакова