

"Согласовано"

Директор школы

ООО "Кавалер"

с 12-18

МЕНЮ

на 11 ноября 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	5,17	9,57	10,88	151,91
Сырники из творога с морковью со сгущенным молоком	200/30	2008	221	16,45	15,26	60,84	593,70
Чай с молоком	200	2008	433	2,89	2,45	19,45	104,00
Батон обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,67	1,55	17,32	95,85
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5%	125	к/к	к/к	3,91	2,50	6,64	67,97
ИТОГО:	745			31,49	31,73	124,93	1057,83

Обед

Салат из белокочанной капусты с маслом растительным/ до 28.02/							
с 01.03 салат из квашеной капусты *	100	2008	40	1,60	5,10	9,37	86,67
Суп из овощей с говядиной	250/10	2008	95	5,50	4,88	10,20	116,40
Оладьи из печени	100	2008	290	9,20	11,56	10,66	238,76
Макаронные изделия отварные	180	2008	332	5,40	4,56	37,56	217,20
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,17	92,00
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
Пирожок с яблоками	100	2008	451	5,50	5,20	20,00	200,00
ИТОГО за обед:	1040			35,67	35,61	154,88	1184,88
Итого за день:				67,16	67,34	279,81	2242,71

ств. по материалам Устажарова Л.С.

Директор ООО "Кавалер":
Калькулятор:
Зав.производством:

Директор

Ю.А.Большакова