

М. П. У. Завальная

МЕНЮ

рацион горячего питания (7-11 лет)

на '08' 06 2023 год

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
8 день							
Завтрак							
Масло сливочное (порциями)	10	2008	13	0,1	8,3	0,1	75,0
Запеканка из творога с молоком сгущенным (творог, яйца, сахар, крупа манная, масло сливочное, сухари, сметана, соль, молоко сгущенное)	200/20	2008	224	38,25	25,74	45,51	577,25
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	2008	430	0,2	0,1	15,0	60,0
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	2	4,4	1,3	26,8	135,0
Йогурт 2,5% жирности в индивидуальной упаковке	125	ТТК	3	3,5	3,1	13,8	100,0
Итого за прием пищи:	605			46,5	38,5	101,1	947,3
Обед							
Огурец натуральный свежий (порциями)	100	2011	71	0,7	0,1	1,9	12,0
Борщ Сибирский со свиной и сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, паста томатная, фасоль, масло сливочное, сахар, кислота лимонная, свинина, сметана, соль)	200/10/5	2008	80/252	5,38	7,66	12,91	145,59
Жаркое по-домашнему (говядина, картофель, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль)	250	2008	258	19,2	21,3	24,5	421,5
Компот из смеси сухофруктов (компотная смесь, сахар, кислота лимонная)	200	2008	402	0,6	0,1	31,7	131,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	60	к/к	1	4,2	0,6	27,9	135,0
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	2	4,4	1,3	26,8	135,0
Итого за прием пищи:	875			34,5	31,0	125,6	980,1
Полдник							
Сок фруктовый в ассортименте	200	2008	442	1,0	0,2	19,8	86,0
Плоды свежие (груши)	150	2015	338	0,6	0,5	15,5	70,5
Итого за прием пищи:	350			1,6	0,7	35,3	156,5
Всего за день:				82,5	70,1	261,9	2083,8

Зап. производством:

Калькулятор:



МЕНЮ

рацион горячего питания (12-18 лет)

на "08" 06 2023 год

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив-ная документа-ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- чес-кой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
9 день							
Завтрак							
Масло сливочное (порциями)	10	2008	13	0,1	8,3	0,1	75,0
Запеканка из творога с молоком сгущенным (творог, яйца, сахар, крупа манная, масло сливочное, сухари, сметана, соль, молоко сгущенное)	230/20	2008	224	43,47	29,25	51,76	655,97
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	2008	430	0,2	0,1	15,0	60,0
Батон обогащенный микроэлементами	60	к/к	2	5,3	1,5	32,1	162,0
Йогурт 2,5% жирности в индивидуальной упаковке	125	ТТК	3	3,5	3,1	13,8	100,0
Итого за прием пищи:	645			52,6	42,3	112,8	1053,0
Обед							
Огурец натуральный свежий (порциями)	120	2011	71	0,8	0,1	2,3	14,4
Борщ Сибирский со свиной и сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, паста томатная, фасоль, масло сливочное, сахар, кислота лимонная, свинина, сметана, соль)	250/10/5	2008	80/252	6,63	9,44	15,91	179,45
Жаркое по-домашнему (говядина, картофель, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль)	300	2008	258	23,0	25,5	29,4	505,8
Компот из смеси сухофруктов (компотная смесь, сахар, кислота лимонная)	200	2008	402	0,6	0,1	31,7	131,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	90	к/к	1	6,3	0,9	41,9	202,5
Батон обогащенный микроэлементами	70	к/к	2	6,2	1,8	37,5	189,0
Итого за прием пищи:	1045			43,5	37,8	158,6	1222,1
Полдник							
Сок фруктовый в ассортименте	200	2008	442	1,0	0,2	19,8	86,0
Фрукты свежие (груши)	150	2015	338	0,6	0,5	15,5	70,5
Итого за прием пищи:	350			1,6	0,7	35,3	156,5
Всего за день:				97,7	80,7	306,6	2431,6

Зап. производством:

Калькулятор: