

Утверждаю

Директор ООО «Компания ПродЭКО»

Н.В.Гартман



МЕНЮ

Для учащихся с 1 по 11 классы «21» ноября 2024г.

| Номер рецептуры или технологической карты | Наименование блюда | Ед из м | Масса порции (г) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, Ккал |
|---|--|---------|------------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 148 | Овощи натуральные (огурец свежий) | г | 60 | 0,4 | 0,06 | 1,14 | 35,6 |
| 268 | Омлет натуральный | г | 150 | 13,000 | 20,000 | 3,200 | 246,000 |
| 111 | Батон нарезной | г | 20 | 1,500 | 0,580 | 10,280 | 52,400 |
| 465 | Кофейный напиток с молоком | г | 200 | 2,800 | 2,500 | 13,600 | 88,000 |
| 82 | Фрукт | г | 100 | 0,400 | 0,400 | 9,800 | 44,000 |
| Итого завтрак: | | | 530 | 18,6 | 23,3 | 36,3 | 471,2 |
| 47 | Винегрет с растительным маслом | г | 100 | 1,3 | 6,2 | 6,5 | 87 |
| 116/366 | Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом птицы | г | 240/10 | 4,9 | 4,2 | 16,1 | 121,3 |
| 301 | Рыба, запеченная с яйцом | г | 100 | 10,7 | 2,9 | 8,5 | 102 |
| 385 | Рис отварной | г | 180 | 4,5 | 6,5 | 46,6 | 263,2 |
| 486 | Компот из св.яблок с витамином С | г | 200 | 0,10 | 0,10 | 11,10 | 46,00 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | г | 30 | 6,6 | 1,2 | 34,2 | 181,0 |
| | Батон йодированный | г | 20 | 2,0 | 0,4 | 11,5 | 55,7 |
| Итого обед: | | | 880 | 30,1 | 21,5 | 134,5 | 856,2 |
| Полдник | | | | | | | |
| 542 | Выпечка | г | 80 | 5,6 | 8,9 | 37,1 | 252,0 |
| 459 | Чай с лимоном | г | 200 | 0,300 | 0,100 | 9,500 | 40,000 |
| Итого полдник: | | | 280 | 5,9 | 9,0 | 46,6 | 292,0 |
| Итого за день: | | | 1690 | 54,9 | 52,8 | 217,4 | 1619,4 |

Бухгалтер

 О.В.Сидорова

Зав. Производством

 И.А.Исаева