

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ №2

М Е Н Ю

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ
ДЛЯ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

18 мая 2022г

3 ДЕНЬ

Завтрак 87.45

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	вита мин (мг) С	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/15	6.3	0.3	0.7	8.4		2008, 3
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧ	150/5	5.6	6.9	24.4	183.0		2008, 184
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	24.8	134.0	1.0	2008, 433
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.4	1.4	15.6	86.3	0.1	2008, К/К
ЯБЛОКО	200	0.8	0.8	19.6	88.8		2008,

Итого 18.0 11.9 85.1 500.5 1.1

Обед 131.17

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	вита мин (мг) С	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ И ЯЙЦОМ ВАРЕННЫМ	60/20	5.7	7.0	3.6	100.1	2.6	2011, 52/209
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2.3	4.2	20.6	111.7	6.4	2080, 91
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	9.7	10.6	8.6	169.0	0.2	2080, 282
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3.1	5.4	20.3	141.0	5.0	2008, 335
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ*	200	0.7	0.1	37.0	151.0		2080, 406
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕН.МИКР.	40	3.2	1.7	20.4	92.0	0.1	2008, КК
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.4	1.4	15.6	86.3	0.1	2008, К/К

Итого 27.1 30.4 126.1 851.1 14.4

Льготное питание для старших классов обед 218.62

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	вита мин (мг) С	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛ.РАСТИТ	100	4.7			124.0		2008, К/К
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	4.1	1.2	20.5	116.5	7.5	2008, 91
ШНИЦЕЛЬ РУБЛ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	15.0	15.4	12.6	250.0		20/12, 272
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3.7	6.5	24.4	169.2		2008, 335
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ *	200	0.7	0.1	37.0	151.0		20080, 406
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩ.МИКРОНУТ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	0.1	2008, КК
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.9	20.7	115.0		2008,

Итого 34.6 26.8 135.6 1017. 7.6

Директор:  За производство:  (Степанова М.Г.)

Калькулятор:  (Короняева с.о.)

