



Менің прикормым білем,
на “05” Октябрі 2021 есе.

История категории QR1 с 7 до 11 лет

Время приема	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак							
	227	Запеканка из творога со сметаной	130/20	23,1	16,8	29,8	360
	56-1	Булгур с маслом	10/10	2,45	7,55	14,62	136
	403	Каша с маслом	200	3,0	3,3	13,7	98
Итого за завтрак			230	29,55	27,65	58,12	594
Обед							
	100-32	Огуры свежие порезаны	40	0	0	0	4
	17	Борщ со сметаной	250/10	1,7	3	13,6	97
	409	Тыфляк из говядины с рисом в томатной заливке	90	6,9	9,7	8,1	177
	179	Каша рассыпчатая овсяная	150	7	4	30	212
	646	Паштет говяжий подливка	200	9,2	0,1	17	68
	3	Хлеб пшеничный, расстойкой обогащенный (для детского питания)	60	6	0,72	23	114
Итого за обед			630	21	20	99	672
Итого стоимость рациона			121,66 руб.				

Технолог общественного питания *И.И. Жалмағали*

