

Учурталык
Президенттин Союзу Ш. "Мелеузилек" ЦСФ-Булгануу

Меню приготовления блюд на "06" Сентября 2021 год.

Возрастная категория **ОБЦ** с 12 и старше.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/День Вторник/ Понедельник							
Завтрак							
	Сыр (порциями)	10	2,6	2,67	0,33	35,5	13
	Каша пшеничная молочная жидкая	250/10	7,6	8,7	30,4	255	194
	Хлеб пшеничный обогащенный	40	3	0,48	15	76	3
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1	0	14,3	57	285
Итого за Завтрак		510	13,3	11,85	66,03	423,5	
Обед							
	Салат из капусты белокачанной	80	1,05	2,25	5,15	44,7	6
	Суп картофельный с бобовыми	250	7	4	20	144	139
	Биточка(котлета) мясная с соусом	100	16	15	14	252	98
	Макаронные изделия отварные	180	6	4,8	35,8	212	212
	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,4	11	61	284
	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	60	5	0,72	23	114	3
Итого за Обед		870,0	36,5	28,2	109,0	827,7	
Итого за День		1380,0	49,8	40,0	175,0	1251,2	
Итого стоимость рациона		100 руб.					

Техническое общественное питание *А.А.Калтаков* В.Н.Жонина

