

"Согласовано"

Директор МОБУ Личей № 621

А.А.Колпаков

Меню приготовления блюд
на "15" Сентября 2021 год.

Возрастная категория ОБЖ с 12 лет и старше

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Среда					
Завтрак							
	302	Каша пшенная молочная вязкая	250/10	8,7	13,1	41,9	319
	3	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	40	3	0,48	15	76
	985	Чай с сахаром	200	0,1	0	9	35
			500	11,8	13,58	65,9	430
Итого за Завтрак							
Обед	148	Суп-паша домашняя	250	2,6	4,3	11,6	96
	32 таб.	Огурцы свежие	40	0	0	0	4
	498	Котлеты из курицы с соусом	100	9	13	9	190
	212	Макаронные изделия отварные	180	6	5	36	212
	693	Какао с молоком	200	4	3	14	98
	368	Фрукт(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44
	***	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	60	5	0,72	23	114
Итого за Обед			930	27	26	103	758
Итого стоимость рациона				138,52 руб.			

Технолог общественного питания В.Н.Жонина

