



Директор МОН РК А.А.Жолдасбеков



Директор МОН РК "Медицина" А.А.Жолдасбеков

Меню разработано на 18.10.2021 г.

Нормативы питания ДРЗ и ДЗ

Продукты	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Чай (сахарный)	10	1,8	2,67	0,33	33,5	13
	Блюдо молочное с маслом и сахаром	250/10	7,6	8,7	36,4	255	104
	Хлеб пшеничный белый	40	3	0,48	15	76	3
	Чай с сахаром и сахаром	200	0,3	0	14,3	57	283
Итого за завтрак		510	13,7	11,85	66,03	421,5	
Обед							
	Суп из картофеля с морковью и луком	80	1,05	2,25	5,13	44,7	6
	Суп картофельный с морковью	250	5	4	20	144	139
	Биточки (котлеты) мясные с соусом	100	18	15	14	252	98
	Мороженное пломбир (сахарный)	180	6	8,8	39,8	212	212
	Чай с сахаром и сахаром	200	1,4	1,4	13	61	284
	Хлеб пшеничный, раздаточный (или детский питания)	100	5	0,72	23	114	3
Итого за Обед		870	36,5	28,2	109,0	827,7	
Итого за День		1380	49,8	40,0	175,0	1251,2	
Итого стоимость, руб/день			135,52 руб.				

Итого углеводов, раздаточных

138,52 г/д

Готовил: А.А.Жолдасбеков

11.10.2021

