



Меню приготовления блюд  
на "28" декабря 2021 год.

Возрастная категория ОБЗ с 7 до 11 лет

| Примечание       | № рецептуры | Наименование блюда                                        | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | Стоимость (руб.) |
|------------------|-------------|-----------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|------------------|
|                  |             |                                                           |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |                  |
| Неделя/день      |             | Первый/ Второй                                            |           |                  |       |          |                         |                  |
| Завтрак          |             |                                                           |           |                  |       |          |                         |                  |
|                  | 302         | Каша молочная рисовая                                     | 210       | 6,1              | 11,9  | 43       | 303                     |                  |
|                  | 493         | Каша с маслом                                             | 200       | 4                | 4     | 22       | 136                     |                  |
|                  | 263         | Бутерброд с маслом                                        | 40        | 2                | 13,44 | 11,76    | 176                     |                  |
| Итого за завтрак |             |                                                           | 450       | 12,1             | 29,34 | 76,76    | 615                     |                  |
| Обед             |             |                                                           |           |                  |       |          |                         |                  |
|                  | 23          | Масло сливочное                                           | 15        | 1                | 3     | 5        | 92                      |                  |
|                  | 23          | Батон (для масла)                                         | 30        | 1                | 3     | 5        | 92                      |                  |
|                  | 23          | Салат из свеклы отварной                                  | 60        | 1                | 3     | 5        | 92                      |                  |
|                  | 139         | Суп картофельный с бобовыми                               | 250       | 6,7              | 4,2   | 19,5     | 144                     |                  |
|                  | 138         | Картофельные пюре                                         | 150       | 4                | 7     | 26       | 184                     |                  |
|                  | 98          | Котлеты из говядины с соусом                              | 100       | 9,5              | 11,7  | 8,1      | 176,7                   |                  |
|                  | 296         | Напиток витаминизированный (Витамин)                      | 200       | 1,4              | 1,4   | 11       | 61                      |                  |
|                  | 300         | Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания) | 40        | 3                | 0,48  | 15       | 70                      |                  |
| Итого за Обед    |             |                                                           | 845       | 26               | 28    | 85       | 693                     | 193,91           |

Технический специалист по питанию: И.Н.Жукова

