



Директор МОБУ ДНЦ №3 А.А.Жолмаев



Меню приготовления блюд
на "22" ноября 2021 г.

Возрастная категория ОБЗ с 7 до 11 лет

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость (руб.)
				Белок	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Понедельник						
Завтрак								
	190	Каши манная молочная яичная	210	6,1	8,2	30,4	220	
	№ 1	Бутерброд с маслом	40	2	13,44	11,76	176	
	085	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	
Итого за Завтрак			450	8,3	21,64	55,86	449	
Обед								
		Сыр порционный	15	3	3	0	36	
	132	Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,1	5,2	15,4	119	
	54	Рыба (филе) тушеная с овощами	100	2,1	5,2	15,4	119	
	176	Рис отваренный	150	10,8	2,9	49	264	
	093,00	Напиток витаминизированный (Витоща)	200	4	3	14	98	
	3,00	Хлеб пшеничный, диетический обогащенный (для детского питания)	40	3	0,48	15	78	
	***	Фрукт	180	0	0	10	47	
Итого за Обед			945	22	17	109	676	193,91

Технолог общественного питания: *Жолмаев А.А.*

