



"Согласовано"  
 Директор МОСЗ - Баян-Жолды А.А.Колманов



"Угрымалы"  
 Председатель Совета ПК "Мақалымекке" Н.А.Жолдыалиев

Меню приготовления блюд  
 на "23" Марта 2022 г.

Возрастная категория ОБЕ с 12 лет и старше

| Прим. пищи              | № рецептуры | Наименование блюда  | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | Стоимость (руб.) |
|-------------------------|-------------|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|------------------|
|                         |             |   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |                  |
|                         |             | Первая/Средняя  |           |                  |       |          |                         |                  |
| <b>Завтрак</b>          |             |   |           |                  |       |          |                         |                  |
|                         | 202,0       | каша молочная пшеница с маслом  | 185       | 6,50             | 8,0   | 30,70    | 221,00                  |                  |
|                         | 1,00        | сир поршени   | 10        | 2,63             | 2,66  |          | 35,0                    |                  |
|                         | 692         | кофейный напиток  | 200       | 2,9              | 2,8   | 14,90    | 94,0                    |                  |
|                         | 3,00        | Хлеб пшеничный обогащенный водорастворимым белком для детей дошкольного и школьного возраста) | 30        | 2                | 0,4   | 19,8     | 86                      |                  |
|                         |             |   | 425       | 14,43            | 13,82 | 65,4     | 435,8                   |                  |
| <b>Итого за Завтрак</b> |             |   |           |                  |       |          |                         |                  |
| <b>Обед</b>             |             |   |           |                  |       |          |                         |                  |
|                         | 5           | Салат отварная (порционная)   | 50        | 0,9              | 0,1   | 5,9      | 28                      |                  |
|                         | 53,00       | Щи из свежей капусты с картофелем   | 250       | 1,36             | 3,73  | 6,72     | 72,80                   |                  |
|                         | 54,00       | Рыба, тушеная с овощами (филе лосося)   | 100       | 10,18            | 7,78  | 2,17     | 119,99                  |                  |
|                         | 512         | Картофельное пюре   | 180       | 3,79             | 5,90  | 24,00    | 166                     |                  |
|                         | 685         | Чай витаминизированный  | 200       |                  |       | 9,7      | 39                      |                  |
|                         | 1           | Яблоко  | 125       | 0,5              | 0,5   | 12,25    | 58,75                   |                  |
|                         | 3,00        | Хлеб пшеничный обогащенный водорастворимым белком для детей дошкольного и школьного возраста) | 50        | 4                | 0,6   | 33,0     | 143                     |                  |
| <b>Итого за Обед</b>    |             |   | 985       | 17               | 18    | 61       | 485                     | 141,36           |

Тестирование общественного питания: *Жолдыалиев* В.Н.Жолдыалиев

