



"Соттасынчы"
Директор МРБУ "Торзәре" А.А.Колпаков



"Учкерысьне"
Подполковник Службы ИК "Медицина" И.Г.Файзуллин

Меню приготовления блюд
на "23" Марта 2022 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет:

Примечания	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Питательные вещества			Энергетическая ценность	Стоимость блюда (руб.)
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Первая/Средняя						
Завтрак		Бесплатное горячее питание						
	54,00	Рыба, тушеная с овощами (филе минтая)	100	10,18	7,78	2,17	119,99	
	512	Картофельное пюре	150	3,79	6,54	38,96	229,69	
	685	Чай витаминизированный	200			9,7	39	
	1	Яблоко	125	0,5	0,5	12,3	59	
	3,00	Хлеб пшеничный обогащенный водорастворимым белком (для детей дошкольного и школьного возраста)	50	4	0,6	33,0	143	
Итого за завтрак:			575	14	15	63	447	59,76

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

Возрастная категория с 12 до 18 лет:

Примечания	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Питательные вещества			Энергетическая ценность	Стоимость блюда (руб.)
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Первая/Средняя						
Завтрак:		Бесплатное горячее питание						
	54,00	Рыба, тушеная с овощами (филе минтая)	100	10,18	7,78	2,17	119,99	
	512	Картофельное пюре	180	3,79	6,54	38,96	229,69	
	685	Чай витаминизированный	200			9,7	39	
	1	Яблоко	125	0,5	0,5	12,3	59	
	3,00	Хлеб пшеничный обогащенный водорастворимым белком (для детей дошкольного и школьного возраста)	50	4	0,6	33,0	143	
Итого за завтрак:			655	18	15	96	590	67,21

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

