



Составлено
Директор МОБУ "Центр ЗОЖ" А.А.Колмаков



Меню представлено блан-
ка "27" Октября 2021 год.

Возрастная категория ОБС с 12 лет и старше

Примечание	№ рецептуры	Понимание блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость блюда (руб.)
				Белок	Жиры	Углеводы		
Периодичность		Первый/Средний						
Завтрак								
	302	Блины, пышки, оладьи, блинчики	200	8,7	13,3	41,9	319	25,32
	3	Хлеб пшеничный, разный, обогатенный (для детского питания)	40	3	0,48	13	76	3,28
	993	Чай с сахаром	200	0,1	0	9	35	3,03
			500	11,8	13,58	65,9	430	
Итого за завтрак								
Обед								
	348	Суп-пюре, домашний	250	2,6	4,3	33,6	96	9,46
	32140	Овощное рагу	40	0	0	0	4	0,32
	400	Пюре из картофеля с маслом	100	9	13	9	190	13,12
	212	Макаронное изделие, отваренное	180	6	3	38	212	9,23
	893	Каша из овсянки	200	4	3	14	98	13,89
	108	Фруктовый салат	100	0,4	0,4	9,8	44	17,76
	***	Хлеб пшеничный, разный, обогатенный (для детского питания)	60	3	0,72	23	114	4,81
Итого за обед			930	27	26	103	758	138,52

Составлено: общественный营养师 А.А.Жолды

