



Меню приготовления блюд
на " 06 " Июня 2022 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день	Вторая / Понедельник						
Завтрак							
	Каша пшеничная молочная	200/10	12,06	12,18	61,64	405,29	302
	Чай с молоком	200	0,06	0,01	15,18	62,24	686
	Хлеб пшеничный обогащенный	30	2,1	0,36	11,1	57	тк.1
Итого за Завтрак		440	14,22	12,55	87,92	524,53	
Обед							
	Помидоры порционные	40	1,13	6,19	4,72	79,1	таб.32
	Борщ с капустой и картофелем	200/5	1,8	4,2	10,7	88	37
	Котлета из куриного филе	60	11	13,66	9	220,5	124
	Картофельное пюре	150	3,7	5,9	24	166	138
	Чай с сахаром	200	0,16	0,16	18,91	75	631
	Хлеб пшеничный обогащенный	30	3,5	0,6	18,5	95	тк.1
	Хлеб ржаной	30	2,07	0,27	12,39	61,5	тк.2
Итого за Обед		715,0	23,4	33,0	98,2	785,1	
Итого за День		1155,0	37,6	45,5	186,1	1309,6	
Итого стоимость рациона						125 руб.60коп.	

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

