



Меню приготовления блюд  
на "04" Апреля 2023 год.

Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

| Прием пищи              | № рецептур<br>м | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|-------------------------|-----------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                         |                 |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| Неделя/день             |                 | Вторая/ Вторник                                    |           |                  |       |          |                            |
| Завтрак                 |                 |                                                    |           |                  |       |          |                            |
|                         | 302             | Каша пшеничная молочная с маслом                   | 210       | 7,40             | 9,10  | 34,80    | 251,00                     |
|                         | 692             | Кофейный напиток                                   | 200       | 2,90             | 2,80  | 14,90    | 94,00                      |
|                         | 3               | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 30        | 3,00             | 0,30  | 14,80    | 71,00                      |
| Итого за завтрак        |                 |                                                    | 440       | 12,80            | 12,15 | 64,45    | 416,00                     |
| Обед                    |                 |                                                    |           |                  |       |          |                            |
|                         | 4               | Огурцы соленные (порционно)                        | 50        | 0,40             | 0,10  | 0,80     | 6,00                       |
|                         | 148             | Суп с клецками                                     | 250       | 2,50             | 7,50  | 13,75    | 130,00                     |
|                         | 104             | Тефтели из говядины с томатным соусом              | 100       | 9,00             | 12,21 | 12,00    | 181,00                     |
|                         | 138             | Картофельное пюре                                  | 180       | 3,70             | 5,90  | 24,00    | 239,00                     |
|                         | 648             | Кисель из плодово-ягодного концентрата             | 200       | 0,00             | 0,00  | 20,00    | 76,00                      |
|                         | 3               | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 60        | 5,00             | 0,50  | 29,50    | 141,00                     |
|                         | 27              | Сыр (порциями)                                     | 10        | 2,60             | 2,70  | 0,00     | 35,00                      |
| Итого за Обед           |                 |                                                    | 850       | 23,23            | 28,87 | 100,05   | 808,00                     |
| Итого стоимость рациона |                 |                                                    |           |                  |       |          | 157-65                     |

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

