



Меню приготовления блюд
на "07" Декабря 2022 год.

Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая/ Среда					
Завтрак							
	302	Каша манная молочная с маслом	185	5,40	7,20	26,80	194,00
	1	Бутерброд с сыром	40	5,00	3,00	14,50	107,00
	693	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70	98,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	3,00	0,30	14,80	88,50
Итого за завтрак			455	16,20	13,70	69,80	487,50
Обед							
	5	Свекла отварная (порционно)	50	0,90	0,10	5,90	28,00
	148	Щи из свежей капусты	250	9,50	13,88	51,63	325,00
	131	Плов из мяса птицы (филе)	180	17,05	17,05	37,30	360,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	1,00	24,00	118,00
	258	Усбосмак	100	9,90	9,80	25,10	230,00
	1	Яблоко	120	0,50	0,50	12,30	75,00
Итого за обед			950	41,85	42,33	166,21	1176,00
Итого стоимость рациона							141-36

Технолог общественного питания: *В.И.Жонгина*

