



Меню приготовления блюд  
на "10" Марта 2023 год.

Возрастная категория ОВЗ с 12 до 18 лет

| Прием пищи              | № рецептур | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |            |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             |            | Первая/ Пятница                                    |           |                  |       |          |                         |
| Завтрак                 |            |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 161        | Суп молочный с макаронными изделиями               | 250       | 5,50             | 5,20  | 19,90    | 148,00                  |
|                         | 648        | Кисель фруктовый                                   | 200       | 0,10             | 0,00  | 9,10     | 35,00                   |
|                         | 3          | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 40        | 3,00             | 0,00  | 19,00    | 94,00                   |
| Итого за завтрак        |            |                                                    | 490       | 8,60             | 5,20  | 48,00    | 277,00                  |
| Обед                    |            |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 4          | Огуры соевые (порционно)                           | 50        | 0,40             | 0,10  | 0,80     | 6,00                    |
|                         | 54         | Рассольник "Ленинградский"                         | 250       | 2,60             | 6,26  | 17,40    | 138,00                  |
|                         | 196        | Каша молочная "Дружба" с маслом                    | 210       | 6,40             | 8,60  | 33,50    | 237,00                  |
|                         | 685        | Чай с сахаром                                      | 200       | 0,00             | 0,00  | 9,70     | 39,00                   |
|                         | 743        | Расстегай с мясом                                  | 100       | 15,40            | 11,80 | 28,60    | 282,00                  |
|                         | 3          | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50        | 4,00             | 1,00  | 24,00    | 118,00                  |
|                         | 27         | Сыр (порционно)                                    | 10        | 2,63             | 2,66  | 0,00     | 35,00                   |
|                         | 8          | Кисломолочный продукт для детского питания         | 100       | 3,20             | 3,20  | 4,50     | 62,00                   |
| Итого за обед           |            |                                                    | 970       | 34,63            | 33,62 | 118,50   | 917,00                  |
| Итого стоимость рациона |            |                                                    |           |                  |       |          | 157-65                  |

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

