



Меню приготовления блюд
на "12" Сентября 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		Первая/ Понедельник					
Завтрак							
	302	Каша манная молочная с маслом	180/5	5,40	7,20	26,80	194,00
	1	Бутерброд с маслом	30/10	2,40	8,60	14,60	146,00
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,10	35,00
Итого за завтрак				7,90	15,80	50,50	375,00
Обед							
	63	Суп картофельный с горохом	250	6,62	3,88	28,57	175,69
	302	Каша "Артек" молочная вязкая	250/10	7,20	7,20	36,80	242,00
	4	Батон нарезной (для сыра)	30	4,00	1,00	28,00	130,00
	27	Сыр (порезками)	10	2,63	2,66	0,00	35,00
	306	Яблоко вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
	*	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,00	92,00
	685	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28
	3	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	50	4,00	0,60	33,00	143,00
Итого за обед				30,59	20,15	156,84	922,47
				141-36			

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

