



Меню приготовления блюд  
на "12" Декабря 2022 год.

Возрастная категория ОВЗ с 7 до 11 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                      | 185       | 5,40             | 7,20  | 26,80    | 194,00                  |
|                         | 1            | Бутерброд с маслом                                 | 40        | 2,40             | 7,50  | 14,90    | 137,00                  |
|                         | 685          | Чай с сахаром                                      | 200       | 0,10             | 0,00  | 9,98     | 40,00                   |
| Итого за завтрак        |              |                                                    | 425       | 7,90             | 14,70 | 51,68    | 371,00                  |
| Обед                    |              |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 63           | Суп картофельный с горохом                         | 200       | 5,00             | 9,10  | 23,00    | 263,00                  |
|                         | 302          | Каша "Артек" молочная вязкая                       | 185       | 7,20             | 9,80  | 37,60    | 242,00                  |
|                         | 4            | Батон нарезной (для сыра)                          | 30        | 3,00             | 0,20  | 22,50    | 104,00                  |
|                         | 27           | Сыр (порциями)                                     | 10        | 2,63             | 2,80  | 0,00     | 35,00                   |
|                         | 306          | Яйцо вареное                                       | 40        | 5,08             | 4,80  | 0,28     | 63,00                   |
|                         | 685          | Чай с лимоном и сахаром                            | 200       | 0,10             | 0,00  | 10,10    | 37,00                   |
|                         | 3            | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 40        | 3,00             | 0,00  | 19,00    | 94,00                   |
| Итого за обед           |              |                                                    | 705       | 26,01            | 26,70 | 112,48   | 838,00                  |
| Итого стоимость рациона |              |                                                    |           |                  |       |          | 132-40                  |

Технолог общественного питания: Блау В.Н.Жонина

