



"Секретариат"  
 Директор МОБСЗ-Линия №6  
 И.Л. Жонина



"Утверждено"  
 Председатель Совета МК "Медицинское"  
 И.Л. Жонина

Меню приготовления блюд  
 на "14" Декабря 2022 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет;  
 Бесплатное горячее питание

| Прием пищи              | № рецептур | Наименование блюда                                 | Вес блюда  | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность |
|-------------------------|------------|--|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|
|                         |            |  |            | Белки            | Жиры         | Углеводы     |                         |
| Неделя/день             |            | Первая/Среда                                       |            |                  |              |              |                         |
| <b>Завтрак</b>          |            |  |            |                  |              |              |                         |
|                         | 80         | Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)             | 100        | 11,00            | 6,00         | 5,00         | 116,00                  |
|                         | 138        | Картофельное пюре                                  | 150        | 3,08             | 4,92         | 20,00        | 199,00                  |
|                         | 685        | Чай витаминизированный                             | 200        | 0,00             | 0,00         | 9,70         | 39,00                   |
|                         | 1          | Свежие фрукты                                      | 120        | 0,50             | 0,50         | 12,30        | 59,00                   |
|                         | 3          | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50         | 4,00             | 1,00         | 24,00        | 116,00                  |
| <b>Итого за завтрак</b> |            |  | <b>620</b> | <b>18,58</b>     | <b>12,42</b> | <b>71,00</b> | <b>531,00</b>           |
|                         |            |  |            |                  |              |              | 70-50                   |

Итого стоимость рациона

Возрастная категория с 12 до 18 лет;  
 Родительская плата; ММС.

| Прием пищи                     | № рецептур | Наименование блюда                                 | Вес блюда  | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая |
|--------------------------------|------------|--|------------|------------------|--------------|--------------|----------------|
|                                |            |  |            | Белки            | Жиры         | Углеводы     |                |
| Неделя/день                    |            | Первая/Среда                                       |            |                  |              |              |                |
| <b>Завтрак</b>                 |            |  |            |                  |              |              |                |
|                                | 80         | Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)             | 100        | 11,00            | 6,00         | 5,00         | 116,00         |
|                                | 138        | Картофельное пюре                                  | 180        | 3,70             | 5,90         | 24,00        | 166,00         |
|                                | 685        | Чай витаминизированный                             | 200        | 0,00             | 0,00         | 9,70         | 39,00          |
|                                | 1          | Свежие фрукты                                      | 120        | 0,50             | 0,50         | 12,30        | 59,00          |
|                                | 3          | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50         | 4,00             | 1,00         | 24,00        | 118,00         |
| <b>Итого за завтрак</b>        |            |  | <b>650</b> | <b>19,20</b>     | <b>13,40</b> | <b>74,95</b> | <b>498,00</b>  |
| <b>Итого стоимость рациона</b> |            |  |            |                  |              |              | <b>67-21</b>   |

Технолог общественного питания: *И.Л. Жонина* В.Н.Жонина

