



Меню приготовления блюд  
на "19" Декабря 2022 год.

Возрастная категория **ОВЗ с 12 до 18 лет**

| Прием пищи              | № рецептур ы | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|--------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |              |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             |              | Вторая/ Понедельник                                |           |                  |       |          |                         |
| Завтрак                 |              |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 340          | Омлет натуральный                                  | 145       | 13,60            | 21,00 | 2,40     | 253,00                  |
|                         | 685          | Чай с сахаром                                      | 200       | 0,00             | 0,00  | 9,90     | 40,00                   |
|                         | 3            | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 40        | 3,00             | 0,00  | 19,00    | 94,00                   |
| Итого за завтрак        |              |                                                    | 385       | 16,60            | 21,00 | 31,30    | 387,00                  |
| Обед                    |              |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 6            | Салат из белокочанной капусты                      | 50        | 1,38             | 3,08  | 7,01     | 62,00                   |
|                         | 140          | Суп картофельный с макаронами изделиями            | 250       | 6,00             | 8,63  | 23,88    | 268,75                  |
|                         | 302          | Каша пшеничная молочная с маслом                   | 210       | 17,50            | 13,80 | 47,00    | 315,00                  |
|                         | 685          | Чай с сахаром                                      | 200       | 0,00             | 0,00  | 9,90     | 40,00                   |
|                         | 3            | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 40        | 3,00             | 0,00  | 19,00    | 94,00                   |
|                         | 7            | Батон нарезной для(масла)                          | 30        | 3,00             | 0,20  | 22,50    | 104,00                  |
|                         | 17           | Масло сливочное                                    | 10        | 0,00             | 7,00  | 0,00     | 66,00                   |
| Итого за обед           |              |                                                    | 790       | 30,88            | 32,71 | 129,29   | 949,75                  |
| Итого стоимость рациона |              |                                                    |           |                  |       |          | 144-36                  |

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

