



Меню приготовления блюд
на "20" Декабря 2022 года.

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		Вторая/ Вторник					
Завтрак							
	302	Каша пшеничная молочная с маслом	185	15,42	12,16	41,40	277,50
	692	Кофейный напиток	200	2,90	2,80	14,90	94,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	3,00	0,30	14,80	71,00
Итого за завтрак			415	21,32	15,26	71,10	442,50
Обед							
	4	Осушки соленные (порционно)	50	0,40	0,10	0,80	6,00
	148	Суп-лапша	250	2,50	7,50	13,75	130,00
	104	Тефтели из говядины с томатным соусом	100	13,00	12,21	12,00	181,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,40	6,80	45,40	288,00
	648	Кисель из плодового концентрата	200	0,00	0,00	23,00	98,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	5,00	0,50	29,50	177,00
	27	Сыр (порциями)	10	2,60	2,70	0,00	35,00
Итого за Обед			850	33,90	29,81	124,45	915,00
Итого стоимость рациона							141-36

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

