



Меню приготовления блюд
на "21" Сентября 2022 год.

"Утгарская"
Предприятие Спектр ПК "Молочное"
И.Г.Файзуллин

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/ Среда					
Завтрак	302	Каша манная молочная с маслом	180,5	5,40	7,20	26,80	194,00
	1	Бутерброд с сыром	30,10	5,00	3,00	14,50	107,00
	693	Какао с молоком	200	3,60	3,30	13,70	98,00
	3	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2,00	0,40	19,80	86,00
Итого за завтрак				16,40	13,86	74,80	484,80
Обед							
	5	Свекла отварная (порционно)	50	0,90	0,10	5,90	28,00
	148	Щи из свежей капусты	250	1,55	4,11	7,18	72,63
	131	Плов из мяса птицы (филе)	180	14,37	15,78	35,23	339,82
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,10	35,00
	3	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	50	4,00	0,60	33,00	143,00
	258	Усбосмак	100	9,90	9,80	25,10	230,00
	1	Яблоко	120	0,50	0,50	12,30	59,00
Итого за обед				31,32	30,89	127,81	906,95

Итого стоимость рациона

141-36

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

