



Меню приготовления блюда
на "21" Октября 2022 год.

Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторник/ Пятница					
Завтрак							
	196	Каша молочная "Дружба"	210	6,40	8,60	33,50	237,00
	27	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66	0,00	35,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,89	40,00
	3	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,00	0,30	14,80	71,00
Итого за завтрак				12,03	11,56	58,19	383,00
Обед							
	6	Салат из белокачанной капусты	50	1,38	3,08	7,01	62,00
	63	Суп картофельный с горохом	250	7,39	5,69	24,36	179,00
	95	Гуляш из говядины	90	13,50	15,00	3,00	203,00
	212	Макаронные изделия отварные	180	6,66	5,90	39,57	242,00
	***	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,00	92,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,89	40,00
	3	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	60	5,00	0,60	29,50	141,00
Итого за обед				34,93	30,47	133,33	959,00
Итого стоимость рациона				141-36			
Технолог общественного питания: В.Н.Жонина							

