



Меню приготовления блюд  
на "22" Февраля 2023 год.

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

| Прием пищи              | № рецептур ы | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Питательные вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|--------------|----------------------------------------------------|-----------|----------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |              |                                                    |           | Белки                | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             |              | Понедельник/ Среда                                 |           |                      |       |          |                         |
| Завтрак                 |              |                                                    |           |                      |       |          |                         |
|                         | 302          | Каша молочная пшеница с маслом                     | 210       | 7,38                 | 9,10  | 34,80    | 251,00                  |
|                         | 692          | Кофейный напиток                                   | 200       | 2,90                 | 2,80  | 14,90    | 94,00                   |
|                         | 3            | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 40        | 3,00                 | 0,00  | 19,00    | 94,00                   |
| Итого за завтрак        |              |                                                    | 450       | 13,28                | 11,88 | 68,70    | 439,00                  |
| Обед                    |              |                                                    |           |                      |       |          |                         |
|                         | 5            | Свекла отварная (порционно)                        | 50        | 0,90                 | 0,10  | 5,90     | 28,00                   |
|                         | 148          | Суп-лапша                                          | 250       | 2,50                 | 7,50  | 13,75    | 130,00                  |
|                         | 80           | Рыба, тушеная 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 с сахаром                                      | 200       | 0,00                 | 0,00  | 9,70     | 39,00                   |
|                         | 1            | Яблоко                                             | 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                  |
| Итого за обед           |              |                                                    | 950       | 22,60                | 21,00 | 94,65    | 656,00                  |
| Итого стоимость рациона |              |                                                    |           |                      |       |          | 157-65                  |

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина

