



Меню приготовления блюд
на "22" Марта 2023 год.

Возрастная категория ОВЗ с 12 до 18 лет

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Среда					
Завтрак							
	302	Каша молочная пшенная 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, тушенная 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

