



Меню приготовления блюд  
на "29" Сентября 2022 год.

Возрастная категория ОВЗ с 12 до 18 лет

| Прием пищи               | № рецептур<br>ы | Наименование блюда                                                    | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|--------------------------|-----------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                          |                 |                                                                       |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| Неделя/день              |                 | Первая/ Четверг                                                       |           |                  |       |          |                            |
| Завтрак                  |                 |                                                                       |           |                  |       |          |                            |
|                          | 224             | Запеканка творожная со сгущенным молоком                              | 110       | 6,50             | 7,30  | 31,90    | 213,00                     |
|                          | 685             | Чай с сахаром                                                         | 200       | 0,10             | 0,00  | 9,10     | 35,00                      |
|                          | 3               | Хлеб пшеничный, разн <sup>ой</sup> обогащенный (для детского питания) | 40        | 1,50             | 0,30  | 14,85    | 64,50                      |
| Итого за завтрак         |                 |                                                                       |           | 9,00             | 7,66  | 60,80    | 333,50                     |
| Обед                     |                 |                                                                       |           |                  |       |          |                            |
|                          | 17              | Салат из моркови                                                      | 50        | 0,42             | 1,83  | 2,25     | 27,59                      |
|                          | 56              | Ворш с капустой с картофелем                                          | 250       | 2,03             | 5,63  | 10,16    | 100,62                     |
|                          | 120             | Котлеты куриные из филе кур                                           | 70        | 9,00             | 12,75 | 9,25     | 189,00                     |
|                          | 234             | Соус томатный                                                         | 40        | 23,37            | 8,57  | 21,09    | 259,10                     |
|                          | 176             | Каша рисовая рассыпчатая                                              | 180       | 3,95             | 6,09  | 26,50    | 177,19                     |
|                          | 292             | Напиток из свежих плодов                                              | 200       | 0,20             | 0,10  | 17,20    | 68,00                      |
|                          | 3               | Хлеб пшеничный, разн <sup>ой</sup> обогащенный (для детского питания) | 50        | 4,00             | 0,60  | 33,00    | 143,00                     |
|                          | 17              | Масло сливочное                                                       | 10        | 0,08             | 7,25  | 0,13     | 66,10                      |
| Итого за обед            |                 |                                                                       |           | 42,68            | 40,67 | 129,83   | 1052,91                    |
| Итого стоимость, рациона |                 |                                                                       |           | 141-36           |       |          |                            |

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

