



**Меню приготовления блюд  
на "02" Июля 2023 год.**

**Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП**

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Неделя/день</b>		<b>Вторая / Воскресенье</b>					
<b>Завтрак</b>	139	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,28	63,00
	302	Каша пшеничная молочная с маслом	210	4,53	4,94	21,98	251,00
	686	Чай с молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	2,10	0,36	11,10	57,00
<b>Итого за завтрак</b>			<b>500</b>	<b>13,13</b>	<b>11,30</b>	<b>44,56</b>	<b>432,00</b>
<b>Обед</b>	таб.32	Овощи свежие (порционно)	40	0,48	0,08	1,52	10,00
	132	Рассольник Ленинградский со сметаной	205	2,40	3,60	15,40	151,00
	138	Картофельное пюре	150	17,70	9,40	41,60	292,00
	81	Рыба припущенная	100	22,50	13,10	0,63	161,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	60,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	5,60	0,90	30,90	157,00
<b>Итого за обед</b>			<b>755,00</b>	<b>48,65</b>	<b>27,05</b>	<b>105,01</b>	<b>831,00</b>
<b>Итого стоимость рациона</b>							<b>140-00</b>

Технолог общественного питания: Исанова В.Н.Жонина