



**Меню приготовления блюд
на "04" Июля 2023 год.**

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Вторник					
Завтрак	206	Бутерброд с сыром	45	5,00	7,00	14,50	106,00
	302	Каша молочная рисовая с маслом	210	5,10	8,20	31,30	220,00
	686	Чай с молоком	200	0,06	0,01	15,18	62,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	5,83	1,00	22,90	158,00
Итого за завтрак			505	15,99	16,21	83,88	546,00
Обед	таб.32	Овощи свежие (порционно)	40	0,28	0,04	0,76	70,00
	148	Суп-лапша домашняя	200	2,60	4,30	11,60	96,00
	176	Картофельное пюре	150	3,00	7,30	41,60	292,00
	54	Рыба тушеная с овощами	100	12,20	10,10	55,20	138,00
	ТТК	Напиток "Витошка"	200	0,00	0,00	19,00	96,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	5,60	0,90	30,90	157,00
Итого за обед			750,00	23,65	22,61	140,46	714,00
Итого стоимость рациона							140-00

Технолог общественного питания: Масля В.Н.Жонина