



**Меню приготовления блюд
на "24" Июня 2023 год.**

Возрастная категория с 12 до 14 лет ДЛТО

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Суббота					
Завтрак	160	Суп молочный с крупой	250	4,40	5,10	18,10	136,00
	630	Чай с молоком	200	3,60	3,30	13,70	98,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	90	3,50	0,60	13,74	95,00
Итого за завтрак			550	11,50	9,00	45,54	329,00
Обед	таб.32	Овощи свежие (порционно)	40	0,28	0,04	0,76	10,00
	132	Рассольник Ленинградский	250	3,30	5,88	22,00	134,00
	176	Картофельное пюре	180	3,00	7,30	23,01	142,00
	128	Котлета из куриного филе с соусом	100	11,00	15,66	9,00	221,00
	ТТК	Напиток "Витошка"	200	0,00	0,00	19,00	80,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	90	5,57	0,87	30,89	157,00
Итого за обед			860	37,85	28,25	123,25	964,00
Итого стоимость рациона							140-00

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина