




Меню приготовления блюд  
на "25" 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 / Воскресенье					
Завтрак	302	Каша молочная рисовая с маслом	210	7,20	10,00	50,10	321,00
	***	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	630	Чай с молоком	200	1,45	1,60	17,32	90,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	2,10	36,00	11,10	57,00
Итого за завтрак			660	11,75	12,16	98,72	560,00
Обед	таб.32	Овощи свежие (порционно)	40	3,52	5,98	9,78	117,00
	140	Суп с макаронными изделиями	250	5,50	5,20	19,90	148,00
	297	Каша перловая рассыпчатая	180	5,40	5,90	37,20	216,00
	469	Фрикадельки мясные в соусе	100	10,57	13,10	7,80	154,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	60,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	3,50	0,60	18,50	95,00
Итого за обед			830,00	31,00	26,00	121,00	852,00
Итого стоимость рациона							140-00

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина

