




Меню приготовления блюд
на "28" 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		Вторая / Среда					
Завтрак	106	Каша молочная манная с маслом	210	7,55	10,15	37,64	273,00
		Масло сливочное порционно	10	0,08	7,25	0,13	66,00
		Усбосмак	100	9,90	9,80	25,10	230,00
		Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	60,00
		Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	3,50	0,60	18,50	95,00
Итого за завтрак			580	21,03	27,80	96,34	724,00
Обед	таб.32	Овощи свежие (порционно)	40	0,48	0,08	1,52	10,00
		Суп картофельный с пшеном	250	2,15	5,82	10,68	105,00
		Куриное филе, тушеное с овощами	90	19,80	25,20	4,00	233,00
		Каша гречневая рассыпчатая	180	8,70	5,70	37,80	240,00
		Кисель из плодового годного концентрата	200	0,00	0,00	23,05	95,00
		Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского)	60	5,60	0,90	30,90	157,00
Итого за обед			920	39,39	39,49	128,22	1058,14
Итого стоимость рациона							140-00

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина

