



Меню приготовления блюд
на "06" Октября 2023 год.



Возрастная категория **ОВЗ с 12 до 18 лет**

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Первая/ Пятница						
Завтрак								
	196	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	210	6,40	8,60	33,50	237,00	
	744	Выпечка	50	7,70	5,90	14,30	142,00	
	648	Кисель плодовогадный	200	0,00	0,00	20,00	76,00	
	***	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,00	92,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского)	50	4,00	1,00	24,00	118,00	
Итого за завтрак			710	19,10	15,70	111,80	665,00	
Обед								
	4	Овощи (порционно)	20	0,14	0,02	0,38	2,20	
	54	Рассольник "Ленинградский"	250	2,09	5,01	13,90	110,00	
	98	Котлеты мясные с томатным соусом	100	14,70	13,10	12,60	229,00	
	221	Каша пшеничная рассыпчатая	180	8,70	4,10	39,40	214,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	0,60	24,00	118,00	
Итого за обед			810	29,63	22,83	100,26	713,20	
Итого стоимость рациона								157-65

Технолог общественного питания *В.Н.Жонина*

