



Меню приготовления блюд
на "07" Февраля 2024 года.

Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

Прим. пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Средняя					
Завтрак							
	365	Масло сливочное порционно	8	0,08	5,76	0,08	53,00
	340	Омлет натуральный	145	13,57	21,00	2,44	253,00
	285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,07	0,01	15,31	63,00
	8	Йогурт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			503	19,92	30,47	46,63	553
Обед							
	5	Свекла отварная (порционно)	50	0,90	0,10	5,90	28,00
	148	Суп-лапша	250	2,50	7,50	14,00	130,00
	136	Картофельное пюре	180	3,70	5,90	24,00	239,00
	103	Фрикадельки мясные с томатным соусом	100	8,50	7,00	6,10	122,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	1,00	24,00	118,00
Итого за обед			830	19,6	21,5	83,98	677
Итого стоимость рациона			180,00				

Технолог общественного питания В.Н.Жонина

