



Меню приготовления блюд
на "07" Марта 2024 год.

Возрастная категория ОБЗ с 7 до 11 лет

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Пятница/ Четверг					
Завтрак							
	128	Котлеты куриные с соусом	100	11,12	13,60	9,00	202,89
	212	Макаронные изделия отварные	150	5,70	5,47	36,50	218,10
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,10	35,00
	42	Сыр (порционные)	15	3,48	4,40	0,00	54,60
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	40	2,60	0,40	19,40	98,00
Итого за завтрак			505,00	23,00	24,00	74,00	609,00
Обед							
	17	Овощи (порционно)	60	0,42	1,83	2,25	28,00
	56	Борщ с капустой и картофелем	200	2,03	5,67	10,16	101,00
	80	Рыба тушенная с овощами	100	10,25	6,60	2,20	110,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,40	5,51	36,80	234,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за обед			760	24,4	20,11	85,61	634
Итого стоимость рациона							160-00

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

