



Меню приготовления блюд
на "11" Января 2024 год.

Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Четверг					
Завтрак							
	128	Котлеты куриные с соусом	100	11,12	13,60	9,00	203,00
	701	Макаронные изделия	180	6,80	6,60	43,80	262,00
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,80	40,00
	42	Сыр (поршкото)	15	3,48	4,40	0,00	55,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	2,00	0,30	14,60	73,00
Итого за завтрак			525	23,5	24,9	77,2	633
Обед							
	17	Салат из моркови	50	0,42	1,83	2,25	28,00
	56	Борщ с капустой и картофелем	250	2,03	5,67	10,16	101,00
	80	Рыба запеченная с овощами	140	10,25	6,60	2,20	110,00
	173	Каша гречневая рассычатая	180	10,08	6,61	44,16	281,00
	292	Напиток яблочный	200	0,00	0,00	23,50	89,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	1,00	29,20	146,00
Итого за обед			880	26,78	21,71	111,47	755
Итого стоимость рациона							160,00

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

