



Меню приготовления блюд
на "12" Октября 2023 год.

Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторник/ Четверг					
Завтрак							
	311	Каша пшенная молочная жидкая	210	7,40	8,80	35,10	250,00
	1	Бутерброд с маслом	40	2,40	8,60	14,60	137,00
	8	Йогурт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00
	258	Выпечка	100	9,90	9,80	25,10	230,00
	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 завтрак			700	26,90	31,40	113,28	837,00
Обед							
	63	Суп картофельный с рисом	250	2,00	5,10	13,70	108,00
	104	Тефтели из говядины с рисом	100	7,70	10,80	8,90	164,00
	138	Картофельное пюре	180	3,08	4,92	20,00	199,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	6,00	1,40	33,60	165,00
Итого за обед			800	18,38	22,22	86,18	676,00
Итого стоимость рациона							157,65

Технолог общественного питания: *И.Н.Жонина*

