



Меню приготовления блюд
на "13" Октября 2023 года.

Возрастная категория ОБЗ с 7 до 11 лет

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторник/ Пятница					
Завтрак							
	233	Мясо птицы(филе), припущенное в томатном соусе	100	22,03	19,99	3,26	280,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,00	7,00	39,00	257,00
	285	Чай с сахаром и лимоном	200	0,00	0,00	9,30	37,00
	259	Выпечка	50	5,65	5,55	12,00	121,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	5,00	1,00	30,00	141,00
Итого за завтрак			550	41,68	33,54	93,56	836,00
Обед							
	4	Овощи (порционно)	20	0,14	0,02	0,38	2,20
	148	Суп-лапша	200	2,00	6,00	11,00	104,00
	261	Макаронны, запеченные с сыром	205	9,70	15,70	32,60	314,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	3,00	0,50	15,00	71,00
Итого за обед			705	14,34	22,22	68,96	531,20
Итого стоимость рациона							149-22

Технолог общественного питания: *Жанна* В.Н.Жанна

