



Меню приготовления блюд
на "13" Декабря 2023 год.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет;

Беспомятое питание:

Питание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Второй/Средний					
15	Омлет порционный	30	0,20	0,03	0,63	4,00
131	Плов из мяса птицы (филе)	170	14,37	15,78	35,23	340,00
100	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
2	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	1,00	24,00	118,00
1	Яблоко	120	0,50	0,50	12,30	59,00
Итого:		570	19,00	17,00	83,00	564,00
Норма:						86-68

Возрастная категория: с 12 до 18 лет;

Рацион: ММС; СВО.

Питание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Второй/Средний					
15	Плов из мяса птицы (филе)	180	15,21	16,71	37,30	360,00
100	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
2	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	1,00	24,00	118,00
1	Яблоко	120	0,50	0,50	12,30	59,00
Итого:		550	19,71	18,21	83,53	577,00
Норма:						73-20

Текст: "Федерального питания" В.Н.Жонина

