



"Утгарды"
Президент Сүенә ДК "Мәскүмәк"
В.Г.Файзуллин

Меню приготовления блюд
на "14" Марта 2024 год.

Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

Приним пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая/ Четверг					
Завтрак							
	128	Котлеты куриные с соусом	100	11,12	13,60	9,00	203,00
	212	Макаронные изделия отварные	180	6,84	6,60	43,80	262,00
	8	Йогурт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	2,00	0,30	14,60	73,00
Итого за завтрак			610	23,17	23,70	81,80	640,00
Обед							
	4	Овощи (порционно)	100	0,50	0,25	1,00	7,50
	63	Суп картофельный с пюрем	250	2,60	2,50	19,30	113,00
	311	Каша молочная "Дружба" с маслом	205	6,20	8,44	32,77	232,00
	42	Сыр (порционно)	10	2,60	2,65	0,35	36,00
	365	Масло сливочное (порционно)	10	0,08	7,20	0,10	66,00
	8	Йогурт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за обед			925	18,18	24,74	92,30	679
Итого стоимость рациона				180,00			

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

