



Меню приготовления блюд
на "15" Сентября 2023 год.

Возрастная категория **ОВЗ с 12 до 18 лет**

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая/ Пятница					
Завтрак							
	340	Омлет натуральный	110	10,30	15,93	1,80	191,80
	27	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66	0,00	35,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	1	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,00	92,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	2,00	0,20	14,80	71,00
Итого за завтрак			550	16,31	19,03	45,66	424,80
Обед	6	Салат из белокочанной капусты	50	1,38	3,08	7,01	62,00
	148	Суп-лапша	250	2,00	6,00	11,00	104,00
	233	Мясо птицы(филе), припущенное в томатном	100	22,03	19,99	3,26	280,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,00	7,00	39,00	257,00
	285	Чай с сахаром и лимоном	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского	50	4,00	1,00	24,00	118,00
Итого за обед			830	38,41	37,07	94,25	861,00
Итого стоимость рациона				157-65			

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

