



Меню приготовления блюд  
на "16" ноября 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             |              | Вторник/ Четверг                                         |           |                  |       |          |                         |
| Завтрак                 |              |                                                          |           |                  |       |          |                         |
|                         | 311          | Каша пшенная молочная<br>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<br>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,<br>обогащенный (для детского<br>питания) | 50        | 4,00             | 1,00  | 24,00    | 118,00                  |
| Итого за<br>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<br>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,<br>обогащенный (для детского<br>питания) | 70        | 6,00             | 1,40  | 33,60    | 165,00                  |
| Итого за<br>обед        |              |                                                          | 800       | 18,38            | 22,22 | 86,18    | 676,00                  |
| Итого стоимость рациона |              |                                                          |           |                  |       |          | 151,65                  |

Технолог общественного питания  В.Н.Жонина

