



Меню приготовления блюда
на "19" Декабря 2023 год.

Возрастная категория ОБЗ с 7 до 11 лет

Пример пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Вторая					
Завтрак							
	16	Овощи (порционно)	30	0,20	0,03	0,62	4,00
	98	Биточки мясные с томатным соусом	100	9,76	14,82	12,49	225,00
	212	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,53	3,94	33,01	193,00
	***	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,00	92,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	1,00	24,00	118,00
Итого за завтрак			730	20,49	19,99	100,10	672,00
Обед							
	63	Суп картофельный с горошком	250	5,00	5,00	17,00	128,00
	1	Овощи (порционно)	30	1,14	2,56	5,83	52,00
	131	Плов из мяса птицы (птица)	170	14,37	15,78	35,23	340,00
	685	Чай с молоком и сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	1,00	24,00	118,00
Итого за обед			700	25,91	25,74	93,26	699,00
Итого стоимость рациона							139,22

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

