



Меню приготовления блюд
на "21" Ноября 2023 год.

Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

Возрастная категория 10-13 с 14 до 18 лет							
Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Вторник					
Завтрак							
	98	Биточки мясные с томатным соусом	100	9,76	14,82	12,49	225,00
	212	Макаронные изделия отварные с маслом	180	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	20,29	19,96	99,48	668,00
Обед							
	63	Суп картофельный с горохом	300	6,00	6,00	20,40	154,00
	1	Овощи (порционно)	80	3,04	3,40	15,50	41,00
	131	Плов из мяса птицы (птица)	170	14,37	15,78	35,23	340,00
	685	Чай с молоком и сахаром	200	1,40	1,40	11,20	61,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	1,00	24,00	118,00
Итого за обед			800	28,81	27,58	106,33	714,00
Итого стоимость рациона							157,65

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

