



Меню приготовления блюд
на "21" декабря 2023 года.

Возрастная категория ОБЗ с 7 до 11 лет

Примен пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Период/ Четверг					
Завтрак							
	16	Огурцы соевые (паровые)	30	0,20	0,03	0,62	4,00
	128	Котлеты куриные с соусом	110	9,40	14,61	9,53	213,00
	107	Пюре гороховое	130	14,60	5,10	33,10	240,00
	701	Напиток яблочный	200	0,00	0,00	23,50	89,00
	270	Пюре картофеля	50	3,90	2,90	25,50	146,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	0,60	24,00	118,00
Итого за завтрак			590	32,10	23,64	116,25	810,00
Обед							
	17	Салат из моркови	50	0,42	1,83	2,25	27,59
	56	Борщ с капустой и картофелем	200	2,03	5,67	10,16	100,62
	233	Мясо птицы припущенное в томатном соусе	90	10,59	9,63	2,85	140,00
	212	Макаронные изделия отварные	150	5,53	3,94	33,01	193,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	0,60	24,00	118,00
Итого за обед			740	22,57	21,67	82,25	619,21
Итого стоимость рациона							

Технолог общественного питания: В.И. Жуков

