



Меню приготовления блюд
на "22" Февраля 2024 год.

Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Четверг					
Завтрак							
	128	Котлеты куриные с соусом	100	11,12	13,60	9,00	202,89
	212	Макаронные изделия отварные	180	6,80	6,60	43,80	262,00
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,10	35,00
	42	Сыр (поршковый)	15	3,48	4,40	0,00	54,60
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			545	24	25,10	86,2	676,49
Обед							
	17	Салат из моркови	50	0,42	1,83	2,25	27,59
	56	Борщ с капустой и картофелем	250	2,03	5,67	10,16	100,62
	80	Рыба запеченная с овощами	140	10,25	6,60	2,20	110,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,08	6,61	44,16	281,00
	292	Напиток яблочный	200	0,00	0,00	23,50	92,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	1,00	29,30	146,00
Итого за обед			880	26,78	21,71	111,47	757,21
Итого стоимость рациона							180,00

Технолог общественного питания: В.Н.Жукова

