



Меню приготовления блюд  
на "22" Марта 2024 года.

Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

| Прим. пищи              | № рецептуры | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |             |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             |             | Первая/ Вторая                                     |           |                  |       |          |                         |
| Завтрак                 |             |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 95          | Гуляш говяжий                                      | 90        | 14,19            | 14,75 | 2,63     | 200,00                  |
|                         | 107         | Пюре гороховое                                     | 180       | 18,00            | 54,00 | 42,00    | 292,00                  |
|                         | 648         | Коксиль плодово-ягодный                            | 200       | 0,00             | 0,00  | 20,00    | 76,00                   |
|                         | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 60        | 4,00             | 0,60  | 29,20    | 146,00                  |
| Итого за завтрак        |             |                                                    | 530       | 36,00            | 69,00 | 94,00    | 714,00                  |
| Обед                    |             |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 4           | Сосиски отварная (порционно)                       | 100       | 0,80             | 0,20  | 1,60     | 12,00                   |
|                         | 54          | Рассольник "Ленинградский"                         | 250       | 2,61             | 6,26  | 17,40    | 138,00                  |
|                         | 302         | Каша рисовая молочная вязкая                       | 210       | 9,10             | 8,20  | 40,90    | 262,00                  |
|                         | 744         | Выпечка                                            | 50        | 7,70             | 5,90  | 14,30    | 142,00                  |
|                         | 685         | Чай с сахаром                                      | 200       | 0,00             | 0,00  | 9,98     | 40,00                   |
|                         | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                  |
| Итого за обед           |             |                                                    | 860       | 23,21            | 21,06 | 108,17   | 715,00                  |
| Итого стоимость рациона |             |                                                    |           |                  |       |          | 180,0                   |

Технолог общественного питания: В.Н.Жилина

