



Меню приготовления блюд  
на "24" Января 2024 год.

Возрастная категория ОВЗ с 12 до 18 лет

| Привеи пиши             | №<br>рецептуры | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетиче-<br>ская<br>ценность |
|-------------------------|----------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|---------------------------------|
|                         |                |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                 |
| Неделя/день             |                | Первая/ Среда                                      |           |                  |       |          |                                 |
| Завтрак                 |                |                                                    |           |                  |       |          |                                 |
|                         | 365            | Масло сливочное порционно                          | 8         | 0,08             | 5,76  | 0,08     | 53,00                           |
|                         | 340            | Омлет натуральный                                  | 145       | 13,57            | 21,00 | 2,44     | 253,00                          |
|                         | 285            | Чай с лимоном и сахаром                            | 200       | 0,07             | 0,01  | 15,31    | 63,00                           |
|                         | 8              | Йогурт для детского питания                        | 100       | 3,20             | 3,20  | 4,30     | 62,00                           |
|                         | 3              | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                          |
| Итого за завтрак        |                |                                                    | 503       | 19,92            | 30,47 | 46,63    | 553                             |
| Обед                    |                |                                                    |           |                  |       |          |                                 |
|                         | 5              | Свежая отварная (порционно)                        | 50        | 0,90             | 0,10  | 5,90     | 28,00                           |
|                         | 148            | Суп-лапша                                          | 250       | 2,50             | 7,50  | 14,00    | 130,00                          |
|                         | 138            | Картофельное пюре                                  | 180       | 3,70             | 5,90  | 24,00    | 239,00                          |
|                         | 103            | Фрикадельки мясные с томатным соусом               | 100       | 8,50             | 7,00  | 6,10     | 122,00                          |
|                         | 683            | 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 обед           |                |                                                    | 830       | 19,6             | 21,5  | 83,98    | 677                             |
| Итого стоимость рациона |                |                                                    | 180,00    |                  |       |          |                                 |

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

