



Меню приготовления блюд
на "24" Января 2024 год.

Возрастная категория Q83 с 7 до 11 лет

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Пятник/ Среда					
Завтрак							
	365	Масло сливочное порционно	8	0,08	5,76	0,08	52,80
	340	Омлет на гурьевой	145	13,57	21,00	2,44	252,90
	285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	8	Йогурт для детского	100	3,20	3,20	4,50	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	551,32
Обед							
	3	Салат отварная (порционно)	50	0,90	0,10	5,90	28,00
	148	Суп-лапша	200	2,00	6,00	11,00	104,00
	138	Картофельное пюре	150	3,08	4,92	20,00	199,00
	103	Фрикадельки мясные с томатным соусом	100	8,50	7,00	6,10	122,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,92	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	1,00	24,00	118,00
Итого за обед			750	18,48	18,00	77,00	611,00
Итого стоимость рациона							160,00

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

