



Меню приготовления блюд
на "25" Января 2024 года.

Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Понедельник/ 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	9,80	40,00
	42	Сыр (порционный)	15	3,48	4,40	0,00	55,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	2,00	0,30	14,60	73,00
Итого за завтрак			525	24	24,90	77,2	632,89
Обед							
	17	Салат из моркови	50	0,42	1,83	2,25	28,00
	56	Борщ с капустой и картофелем	250	2,03	5,67	10,16	101,00
	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	89,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	1,00	29,20	146,00
Итого за обед			880	26,78	21,71	111,47	755
Итого стоимость рациона							180,00

Технолог общественного питания: *В.Н.Жокина*

