



Меню приготовления блюд  
на "25" Октября 2023 год.

Возрастная категория ОВЗ с 12 до 18 лет

| Прием пищи                     | № рецептур ы | Наименование блюда                                 | Вес блюда  | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность |
|--------------------------------|--------------|--|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|
|                                |              |  |            | Белки            | Жиры         | Углеводы     |                         |
| Неделя/день                    |              | Вторая/ Среда                                      |            |                  |              |              |                         |
| <b>Завтрак</b>                 |              |  |            |                  |              |              |                         |
|                                | 131          | Плов из мяса птицы (филе)                          | 180        | 15,20            | 16,70        | 37,30        | 360,00                  |
|                                | 685          | Чай с сахаром                                      | 200        | 0,00             | 0,00         | 9,98         | 40,00                   |
|                                | 1            | Яблоко   | 120        | 0,50             | 0,50         | 12,30        | 59,00                   |
|                                | 3            | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50         | 4,00             | 1,00         | 24,00        | 118,00                  |
| <b>Итого за завтрак</b>        |              |  | <b>550</b> | <b>19,70</b>     | <b>18,20</b> | <b>83,58</b> | <b>577,00</b>           |
| <b>Обед</b>                    |              |  |            |                  |              |              |                         |
|                                | 5            | Свекла отварная (порционно)                        | 50         | 0,90             | 0,10         | 5,90         | 28,00                   |
|                                | 53           | Щи из свежей капусты                               | 250        | 1,55             | 4,11         | 7,18         | 73,00                   |
|                                | 103          | Фрикадельки мясные с томатным соусом               | 100        | 10,30            | 8,40         | 7,40         | 147,00                  |
|                                | 297          | Каша перловая рассыпчатая                          | 180        | 4,50             | 3,90         | 31,00        | 180,00                  |
|                                | 685          | Чай с молоком и сахаром                            | 200        | 1,40             | 1,40         | 11,20        | 61,00                   |
|                                | 3            | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50         | 4,00             | 1,00         | 24,00        | 118,00                  |
| <b>Итого за обед</b>           |              |  | <b>830</b> | <b>22,65</b>     | <b>18,91</b> | <b>86,88</b> | <b>607,00</b>           |
| <b>Итого стоимость рациона</b> |              |  |            |                  |              |              | <b>157-65</b>           |

Технолог общественного питания: *Жонина* В.Н.Жонина

