



Меню приготовления блюд
на "26" Сентября 2023 год.

Возрастная категория ОБЗ с 7 до 11 лет

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Вторак/ Вторник						
Завтрак								
	104	Тефтели из говядины с томатным соусом	100	9,00	12,21	12,00	181,00	
	138	Картофельное пюре	150	3,08	4,92	20,00	199,00	
	27	Сыр порционно	10	2,60	2,70	0,00	35,00	
	290	Кофейный напиток	200	2,80	2,20	14,80	87,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	1,00	24,00	118,00	
Итого за завтрак			500	21,51	22,99	70,80	620,00	
Обед								
	4	Овощи порционно	20	0,20	0,10	0,40	3,00	
	148	Суп с клецками	200	2,22	4,23	12,49	97,00	
	80	Рыба тушеная с овощами	100	11,00	9,80	5,00	116,00	
	173	Каша гречневая вязкая	155	4,80	4,20	21,50	143,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,70	39,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	1,00	24,00	118,00	
Итого за обед			725	22,22	19,33	73,09	516,00	
Итого стоимость рациона								149-22

Технолог общественного питания: В.Н.Жонова



