



Меню приготовления блюд
на "27" Октября 2023 год.



Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторник/ Пятница					
Завтрак							
	233	Мясо птицы(филе), припущенное в томатном соусе	100	22,03	19,99	3,26	280,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,00	7,00	39,00	257,00
	285	Чай с сахаром и лимоном	200	0,00	0,00	9,30	37,00
	259	Выпечка.	50	5,63	5,53	12,00	121,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	5,00	1,00	30,00	141,00
Итого за завтрак			550	41,68	33,54	93,56	836,00
Обед							
	4	Овощи (порционно)	40	0,28	0,04	0,76	4,40
	148	Суп-лапша	300	2,00	6,00	11,00	104,00
	261	Макароны, запеченные с сыром	205	9,70	15,70	32,60	314,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	5,00	1,00	28,80	142,00
Итого за обед			805	18,78	28,74	94,14	708,40
Итого стоимость рациона							157-65

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

