



Меню приготовления блюд  
на "28" Ноября 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/ Вторник                                    |           |                  |       |          |                         |
| Завтрак                 |              |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 104          | Тефтели из говядины с томатным соусом              | 100       | 9,00             | 12,21 | 12,00    | 181,00                  |
|                         | 138          | Картофельное пюре                                  | 180       | 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) | 60        | 4,00             | 1,00  | 24,00    | 118,00                  |
| Итого за завтрак        |              |                                                    | 550       | 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                                     | 250       | 2,77             | 5,29  | 15,61    | 121,00                  |
|                         | 80           | Рыба тушеная с овощами                             | 100       | 11,00            | 9,80  | 5,00     | 116,00                  |
|                         | 173          | Каша гречневая вязкая                              | 185       | 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           |              |                                                    | 805       | 22,77            | 20,39 | 76,21    | 540,00                  |
| Итого стоимость рациона |              |                                                    | 157-65    |                  |       |          |                         |

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

