



Меню приготовления блюд
на "29" Января 2024 год.

Рацион: Школьное питание
Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

Примечание	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Второй/ Понедельник					
Завтрак							
	302	Каша "Артек" молочная вязкая с маслом	185	7,50	7,10	68,90	365,00
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,80	40,00
	365	Масло сливочное(порционно)	8	0,08	5,70	0,10	53,00
	***	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	2,00	0,30	14,60	73,00
Итого за завтрак			523	10,08	13,5	103,2	578
Обед							
	6	Салат из белокачанной капусты	50	1,38	3,08	7,01	62,00
	63	Суп картофельный с горохом	250	5,00	5,00	17,00	128,00
	97	Жаркое по-домашнему	180	17,27	17,91	17,01	301,00
	648	Кисель плодово-ягодный	200	0,00	0,00	20,00	76,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	1,00	24,00	118,00
Итого за обед			730	27,75	26,99	88,02	685
Итого стоимость рациона							180-00

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

