



"Учкерем"
Пресс-служба Совета ИК "Медико-санитарное"
И.П. Жуковская

Меню приготовления блюд
на "29" Февраля 2024 год.

Возрастная категория ОНЗ с 12 до 18 лет

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Питательные вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторник/ Четверг					
Завтрак							
	128	Котлеты куриные с соусом	100	11,12	12,60	9,00	203,00
	212	Макаронные изделия отварные	180	6,84	6,60	43,80	262,00
	8	Йогурт для детского питания	100	3,20	3,20	4,30	62,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	2,00	0,30	14,60	73,00
Итого за завтрак			610	23,17	23,70	81,80	640,00
Обед							
	4	Овощи (порционно)	40	0,20	0,10	0,40	3,00
	63	Суп картофельный с крупой	250	2,60	2,50	19,30	113,00
	80	Рыба запеченная с овощами	140	10,25	6,60	2,20	110,00
	176	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,60	3,92	36,95	201,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	3,00	0,50	24,50	122,00
Итого за обед			830	20,65	14,12	92,83	585,00
Итого стоимость рациона				180,00			

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

