



Меню приготовления блюд
на "31" Января 2024 год.

Возрастная категория **ОВЗ с 12 до 18 лет**

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая/ Среда					
Завтрак							
	106	Тефтели из говядины с рисом	90	8,40	13,28	10,07	193,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая с луком	160	8,70	9,20	37,30	269,00
	285	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,01	15,31	62,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	4,00	1,00	24,00	118,00
Итого за завтрак			500	21,17	23,49	86,68	642,00
Обед							
	5	Свекла отварная (порционно)	50	0,90	0,10	5,90	28,00
	53	Щи из свежей капусты	250	1,94	5,14	8,97	91,00
	131	Плов из мяса птицы (филе)	180	15,21	16,71	37,30	360,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	***	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	6,00	1,00	29,50	141,00
Итого за обед			840	24,45	23,35	101,45	707
Итого стоимость рациона				180-00			

Технолог общественного питания *В.Н.Жонина*

