



Меню приготовления блюд
на "13" Марта 2025 год.

Возрастная категория ОБЗ, СВЗ с 7 до 11 лет

Приним пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Четверг					
Завтрак							
	128	Котлеты куриные с соусом	100	11,12	13,60	9,00	202,89
	212	Макаронные изделия отварные	150	5,70	5,47	36,50	218,10
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,10	35,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			500,00	20,00	20,00	79,00	578,00
Обед							
	17	Овощи порционно в нарезке (огурцы соленные)	60	0,42	1,83	2,25	43,00
	56	Борщ с капустой и картофелем	200	2,03	5,67	10,16	110,00
	80	Рыба (филе) тушеная с овощами	100	10,25	6,60	2,20	121,00
	138	Картофельное пюре	150	3,08	4,92	20,00	199,00
	***	Фрукты свежие	150	0,60	0,60	14,70	101,00
	685	Чай с лимоном и сахаром	200	0,10	0,00	9,30	37,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за обед			910	19,78	20,12	82,91	733
Итого стоимость рациона							176,00

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонова*

