



Меню приготовления блюд
на "14" Марта 2025 год.

Возрастная категория ОБЗ, СВО с 7 до 11 лет

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Питание					
Завтрак							
	527	Ембли мясные	100	8,40	13,28	10,07	193,38
	297	Каша ячневая рассыпчатая	150	8,60	5,70	37,80	240,00
	5	Кисель из плодово-ягодных концентратов	200	0,00	0,00	20,00	76,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			500	20,00	19,00	92,00	631,00
Обед							
	4	Овощи порционно в нарезке (свекла отварная)	60	0,40	0,10	0,80	87,00
	54	Рисовый суп "Ленинградский"	200	2,09	5,01	13,90	112,00
	97	Жаркое по-домашнему	180	17,37	17,91	17,01	330,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,70	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	0,60	29,20	146,00
Итого за обед			700	23,86	23,62	70,61	715,00
Итого стоимость рациона							176,00

Технолог общественного питания: *В.Н.Жокина*

