



Меню приготовления блюд
на "05" Сентября 2024 год.

Возрастная категория: **ОБЗ с 7 до 11 лет**

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Понедельник/ Четверг					
Завтрак							
	128	Котлеты куриные с соусом	100	11,12	13,60	9,00	202,89
	297(176)	Рис отварной	150	7,80	7,70	46,90	289,30
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,10	35,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	2,00	0,40	19,40	98,00
Итого за завтрак:			500,00	21,00	22,00	84,00	625,00
Обед							
	17	Свиная порционная в пареже	60	0,42	1,83	2,25	27,59
	56	Борщ с капустой и картофелем	200	2,03	5,67	10,16	101,00
	80	Рыба (филе) тушеная с овощами	100	10,25	6,60	2,20	110,00
	138	Картофельное пюре	150	3,08	4,92	20,00	199,00
	***	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	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:			860	19,58	19,92	78,01	643
Итого стоимость, рубли							167,20

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

