



Меню приготовления блюд  
на "09" сентября 2024 года.

Гидрированный: Школьное питание  
Возрастная категория ОБЗ с 7 до 11 лет

| Прием пищи              | № рецептуры | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |             |  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             |             | Вторая/ Понедельник                                |           |                  |       |          |                         |
| Завтрак                 |             |  |           |                  |       |          |                         |
|                         | 302         | Каша "Артек" молочная вязкая с маслом              | 210       | 9,20             | 7,20  | 36,80    | 242,00                  |
|                         | 287         | Кофейный напиток на молоке                         | 200       | 3,20             | 2,80  | 18,50    | 109,00                  |
|                         | 1           | Бутерброд с маслом                                 | 40        | 2,40             | 8,60  | 14,60    | 146,00                  |
|                         | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                  |
| Итого за завтрак        |             |  | 500       | 18               | 19    | 94       | 619                     |
| Обед                    |             |  |           |                  |       |          |                         |
|                         | 6           | Салат из белокочанной капусты                      | 60        | 1,38             | 3,08  | 7,01     | 62,00                   |
|                         | 63          | Суп картофельный с горохом                         | 250       | 5,00             | 5,00  | 17,00    | 128,00                  |
|                         | 233         | Мясо птицы (филе), припущенное в томатном соусе    | 90        | 22,03            | 19,99 | 3,26     | 280,00                  |
|                         | 297(176)    | Рис отварной                                       | 150       | 3,60             | 6,00  | 36,80    | 219,00                  |
|                         | 685         | Чай с сахаром                                      | 200       | 0,00             | 0,00  | 9,90     | 40,00                   |
|                         | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                  |
| Итого за обед           |             |  | 800       | 35,31            | 34,57 | 98,27    | 851                     |
| Итого стоимость рациона |             |  |           |                  |       |          | 167-20                  |

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

