



Меню приготовления блюд
на "13" Марта 2025 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		Первая/ Четверг						
Завтрак								
	128	Котлеты куриные с соусом	100	11,12	13,60	9,00	203,00	
	212	Макаронные изделия отварные	180	6,84	6,60	43,80	262,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,10	35,00	
	***	Фрукты свежие	150	0,60	0,60	14,70	101,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	1,00	29,20	146,00	
Итого за завтрак			690	23	21	106	747	
Обед								
	17	Овощи порционно в нарезке (огурцы соевые)	100	0,84	1,66	4,50	83,00	
	56	Борщ с капустой и картофелем	250	2,03	5,67	10,16	125,00	
	80	Рыба (филе) тушеная с овощами	100	10,25	6,60	2,20	119,00	
	138	Картофельное пюре	180	3,70	5,90	24,00	239,00	
	685	Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,00	9,30	37,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	1,00	29,20	146,00	
Итого за обед			890	20,82	20,83	79,36	749,00	
Итого стоимость рациона								198,00

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонова*

