



Меню приготовления блюд
на "17" Октября 2024 год.

Возрастная категория ОВЗ с 12 до 18 лет

| Принем 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 | 203,00 |
| | 297(176) | Рис отварной | 180 | 4,32 | 4,73 | 44,28 | 241,00 |
| | 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,10 | 35,00 |
| | 3 | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 60 | 3,00 | 0,50 | 24,30 | 122,00 |
| Итого за завтрак: | | | 540 | 19 | 19 | 87 | 601 |
| Обед | | | | | | | |
| | 17 | Овощи порционно и нарезке | 100 | 0,84 | 1,66 | 4,50 | 83,00 |
| | 56 | Борщ с капусты и картофеля | 250 | 2,03 | 5,67 | 10,16 | 125,00 |
| | 80 | Рыба (филе) тушеная с овощами | 100 | 10,25 | 6,60 | 2,30 | 119,00 |
| | 134 | Картофельное пюре | 180 | 3,70 | 5,90 | 24,00 | 239,00 |
| | *** | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 65,00 |
| | 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: | | | 990 | 21,22 | 21,23 | 89,16 | 814,00 |
| Итого стоимость рациона | | | | | | | 180,00 |

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

