



Меню приготовления блюд
на "20" Января 2025 г.г.

Рацион: Школьное питание
Возрастная категория ОВЗ, СВО с 7 до 11 лет.

| Прием пищи | № рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|--------------------------------|-------------|--|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Неделю/день | | Второй/ Понедельник | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | 302 | Каша "Артек" молочная вязкая | 210 | 9,20 | 7,20 | 36,80 | 342,00 |
| | 306 | Яйцо вареное | 40 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63,00 |
| | 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 | | | 540 | 23 | 24 | 94 | 682 |
| 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 | 130 | 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 | | | | | | | 176-00 |

Технолог общественного питания *В.Н.Жонна*

