



"Отраслевой"
Институт МЭБУ, Лицей №6
Астана



"Университет"
Профилактический Центр ИК "Медикон"
Астана

Меню приготовления блюд
на "24" Декабря 2024 год.

Рацион: Школьное питание

Возрастная категория ОБЗ с 12 до 18 лет

Прим. выш.	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторник/ Вторник					
Завтрак							
	98	Котлеты из говядины с соусом	120	10,68	9,97	5,33	154,00
	212	Макаронные изделия отварные	180	5,70	5,50	36,50	218,00
	274	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 завтрак			550	19	21	75	531
Обед							
	16	Огурцы соленные (порционно)	100	3,04	3,40	15,50	41,00
	148	Суп с клецками	250	2,77	5,28	15,61	121,00
	97	Жаркое по-домашнему	180	17,37	17,91	17,01	387,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,20	0,70	34,02	171,00
Итого за обед			800	27,38	27,29	92,04	760
Итого стоимость рациона							150,00

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

