



Меню приготовления блюд
на "26" Марта 2025 год

Возрастная категория: СВО с 5 по 11 классы

Примечание	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Понедельник / Среда					
Завтрак							
	492	Плов из мяса птицы (филе)	180	28,60	35,10	28,40	547,00
	285	Чай с молоком и	200	0,07	0,01	15,31	62,00
	8	Йогурт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,20	0,70	34,02	171,00
Итого за завтрак			550	36,07	39,01	82,23	842
Обед							
	5	Свежая отварная (порционная) в нарезке	100	1,8	0,2	11,8	83,00
	148	Суп-лапша	250	2,50	7,5	13,75	143,00
	174	Каша перловая рассыпчатая	185	5,40	4,70	37,20	216,00
	103	Фрикадельки мясные с томатным соусом	100	8,50	7,00	6,10	210,00
	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			885	21	26	103	814
Итого стоимость рациона							189,20

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

