



"Утгарды" Пресс-служба Советник "Медиконлайн" И.Е. Файзуллин

Меню приготовления блюд на "28" Января 2025 год.

Возрастная категория: СВО с 5 до 11 классов.

Прим. лица	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Вторная					
Завтрак							
	98	Биточки мясные с томатным соусом	120	13,43	17,33	13,83	266,00
	297	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,40	6,80	45,40	288,00
	685	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,00	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			550	27,03	24,63	93,53	716
Обед							
	63	Суп картофельный с горохом	250	5,00	5,00	17,00	128,00
	4	Овощи порционно в нарезке (огурцы соевые)	100	0,4	0,20	0,80	95,00
	106	Тефтели из говядины с рисом	100	8,40	13,28	10,07	193,00
	212	Макаронные изделия отварные	180	5,70	5,47	36,50	218,00
	685	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,00	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	1,00	29,20	146,00
Итого за обед			890	23,7	24,95	103,57	820,00
Итого стоимость рациона							189-20

Технолог общественного питания: *Иванов* В.Н.Жонова

