



Меню приготовленных блюд
на "30" Января 2025 год.

Возрастная категория **ОБЗ с 12 до 18 лет**

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день							
Завтрак							
		Понедельник / Четверг					
	128	Котлеты куриные с соусом	100	11,12	13,60	9,00	203,00
	212	Макаронные изделия отварные	180	6,84	6,60	43,80	262,00
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,10	35,00
	***	Фрукты свежие	150	0,60	0,60	14,70	101,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	1,00	29,20	146,00
Итого за завтрак			690	23	22	106	743
Обед							
	17	Овощи порционно в порезке (огурцы соленные)	100	0,84	1,66	4,50	83,00
	56	Борщ с капустой и варфелем	250	2,03	5,67	10,16	125,00
	80	Рыба (филе) сушеная с овощами	100	10,25	6,60	2,20	119,00
	138	Картофельное пюре	180	3,70	5,90	24,00	239,00
	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			890	20,82	20,83	79,36	749,00
Итого стоимость рациона							198,00

Технолог общественного питания *В.Н.Жомин* В.Н.Жомин

