



Меню приготовления блюд  
на "17" Марта 206 год.

Рацион: Школьное питание

Возрастная категория **ОВЗ, СВО с 7 до 11 лет**

| Прием пищи              | № рецептур | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |            |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             |            | Вторая/ Вторник                                    |           |                  |       |          |                         |
| Завтрак                 |            |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 78         | Свекла отварная порционная                         | 60        | 0,78             | 2,70  | 4,56     | 76,00                   |
|                         | 97         | Жаркое по-домашнему с птицей                       | 180       | 17,50            | 9,80  | 14,58    | 182,00                  |
|                         | 693        | Какао с молоком                                    | 200       | 4,60             | 4,40  | 12,50    | 127,20                  |
|                         | 3          | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 60        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                  |
| Итого за завтрак        |            |                                                    | 500       | 25,88            | 17,4  | 55,94    | 507,2                   |
| Обед                    |            |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 54         | Рассольник "Ленинградский" со сметаной             | 210       | 1,72             | 4,24  | 12,42    | 102,30                  |
|                         | 95         | Гуляш из мяса птицы                                | 90        | 13,63            | 11,67 | 2,47     | 149,20                  |
|                         | 173        | Каша гречневая рассыпчатая                         | 155       | 8,20             | 6,90  | 35,90    | 239,00                  |
|                         | 631        | Компот из свежих фруктов                           | 200       | 0,20             | 0,10  | 17,20    | 69,00                   |
|                         | 3          | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 60        | 4,00             | 0,60  | 29,20    | 146,00                  |
| Итого за обед           |            |                                                    | 715       | 28               | 23,5  | 97       | 705                     |
| Итого стоимость рациона |            |                                                    | 176-00    |                  |       |          |                         |

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

