



Меню приготовления блюд  
на "10" Марта 2021 год.

Возрастная категория **с 7 до 11 лет:**

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день	Первая/ Среда						
Завтрак	Бесплатное горячее питание						
	Икра морковная	50	0,8	3,55	4,08	52	78
	Биточки (котлеты) рыбные*	60	9	4	9	108	83
	Картофельное пюре	150	3	6	22	153	138,00
	Какао с молоком	200	4	4	22	136	693,00
	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	2		14	71	3,00
	Фрукт	100	1		7	34	***
Итого за завтрак		590	19	18	71	520	
Итого стоимость рациона						57,43 руб.	

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

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день	Первая/ Среда						
Завтрак	Бесплатное горячее питание						
	Горошек зеленый консервированный	20	3,13	3,29	6,99	78	***
	Биточки (котлеты) рыбные*	80	13	9	12	177	83
	Картофельное пюре	180	3	6	22	153	138,00
	Какао с молоком	200	4	4	22	136	693,00
	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	50	3	0	23	118	3,00
	Фрукт	100	1	0	9	45	***
Итого за завтрак		630	27	22	96	707	
Итого стоимость рациона						64 руб.	

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

