



"Сотласқан"

Директор МОБУ Лисей № 2



"Утиредім"

Председатель Совета ПО "Мелдюзонское"

Меню приготовления блюд  
на "10" Марта 2021 год.

Возрастная категория **ОВЗ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Первая/ Среда					
<b>Завтрак</b>							
	Каша пшеничная молочная	200/10	8,7	13,1	41,9	319	302
	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53	124
	Бутерброд с сыром	30/15	8,4	4,3	26,4	181	13
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>455</b>	<b>17,3</b>	<b>17,4</b>	<b>82</b>	<b>553</b>	
<b>Обед</b>							
	Борщ со сметаной	250/10	1,9	5,5	12	105	37
	Икра морковная	60	0,96	4,26	4,9	62	78
	Бигочки (котлеты) рыбные	80	12,7	8,52	12,2	177	83
	Картофельное пюре	150	3,1	4,7	20	138	138
	Какао с молоком	200	3,6	3,3	13,7	98	693
	Хлеб пшеничный, ржаной обогатщенный	50	3	0	23	118	3
	Фрукт(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44	368
<b>Итого за Обед</b>		<b>900</b>	<b>25,66</b>	<b>26,68</b>	<b>95,6</b>	<b>742</b>	

Итого стоимость рациона

100 руб.

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

