



А.А.Колпаков



Меню приготовления блюд
на "20" Мая 2021 год.

Возрастная категория ОБЗ

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день							
Первая/ Четверг							
Завтрак							
	182	Каша манная молочная	250/10	7,5	11,8	40,1	297,5
	№ 1	Бутерброд с маслом	30/10	2	13,44	11,76	176
	692	Кофейный напиток	200	2,9	2,8	14,9	94
Итого за Завтрак			500	12,4	28,04	66,76	567,5
Обед							
	132	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,1	5,2	15,4	119
	13	Сыр (поршьям)	20	5,2	5,34	0,66	71
	302	Каша молочная "Артек" вязкая	200/10	8	8	42	275
	258	Усобсмак	85	8	7	18	170
	686	Чай с лимоном	200	0,1	0	14,3	57
	3	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	50	3	0	23	118
Итого за Обед			825	26	26	113	810
Итого стоимость рациона				100 руб.			

Технолог общественного питания *Мас* В.Н.Жонина



28 | Усобсмак | 85 | 8 | 7 | 18 | 170