



Меню приготовления блюд
на " 15 " Июня 2021 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день				Вторая / Вторник			
Завтрак	368	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	196	Каша молочная "Дружба"	200/10	6,5	12,5	35,1	278
	693	Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46
	тк.№1	Хлеб пшеничный обогаш.	30	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			540	12,87	17,06	71,09	493,46
Обед	таб.32	Огурцы порционно	40	0,28	0,04	0,76	4,4
	139	Суп картофельный с бобовыми	250	7,9	4,3	31,5	199
	97	Жаркое по-домашнему	200	25,4	25,8	23	429
	293	Компот из кураги	200	0,68	0	35	126
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	30	3,5	0,6	18,5	95
	тк.2	Хлеб ржаной обогаш.	30	2,07	0,27	12,39	61,5
Итого за Обед			750	39,83	31,01	121,15	914,9
Итого за День				53	48	192	1408

Итого стоимость рациона

120 руб.30коп.

Технолог общественного питания *В.Н.Жонина*

