



Меню приготовления блюд  
на " 16 " Июня 2021 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
		Вторая / Среда					
Завтрак	106	Каша молочная манная	250/10	6.1	8.2	30.4	220.2
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14.97	60
	1	Сыр порционно	15	3.95	3.99	0	52.5
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	50	5.8	1	30.8	158
Итого за Завтрак			525	15.85	13.19	76.17	490.7
Обед	таб.32	Помидоры порционно	50	1.07	4.7	10.6	104.64
	134	Суп крестьянский с пшеном	250/10	2.15	5.82	10.68	105
	ДО7ЖС19	Куриное филе, тушеное с овощами	90	19.8	25.2	4	333
	284	Каша гречневая рассыпчатая	150	10.8	2.9	49	264
	258	Усбомак	85	8	7	18	170
	648	Кисель плодово-ягодный	200	0	0	20	76
	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			810	47.39	46.49	143.17	1209.14
Итого за День				63	60	219	1700
Итого стоимость рациона							120 руб.30коп.

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

