



Меню приготовления блюд  
на " 24 " Июня 2021 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецепту	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Четверг					
Завтрак	***	Йогурт для детского питания	100	4,1	3,2	10	98
	302	Каша молочная "Артек"	250/7	10	10,1	51,1	336
	692	Кофейный напиток	200	3,04	3,32	16,39	108
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	30	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			587	19,24	16,98	88,59	599
Обед	таб.32	Огурцы порционно	40	0,28	0,04	0,76	4,4
	368	Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	132	Рассольник Ленинградский	250/10	3,3	5,88	22	134
	131	Глов из птицы	180	14,4	14,4	40	341
	685	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	60
	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			840	23,95	21,59	118,42	742,9
Итого за День				43	39	207	1342

Итого стоимость рациона

120 руб.30коп.

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

