



Меню приготовления блюд
на " 25" 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 Первая / Пятница							
Завтрак	191	Каша молочная манная	200/10	7,5	11,8	40,1	297,5
	3	Бутерброд с сыром	30/15	5,47	3,4	16,3	120,4
	630	Чай с молоком	200	1,45	1,6	17,32	89,86
	тк.1	Хлеб пшеничный обогаш.	50	2,1	0,36	11,1	57
Итого за Завтрак			505	16,52	17,16	84,82	565
Обед	таб.32	Помидоры порционно	50	0,55	0,1	0,1	12
	139	Суп картофельный с бобовыми	250	7,8	4,88	35,27	217
	97	Жаркое по-домашнему	240	24,5	25,64	23,82	424
	293	Компот из кураги	200	1,3	0,08	32,71	138
	738	Пирожки печенье с яблоками	60	3,68	3,2	26,64	150,4
	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			860	43,4	34,77	149,43	1098
Итого за День				60	52	234	1663
Итого стоимость рациона				120 руб.30коп.			

Технолог общественного питания: *Smel* В.Н.Жонина

