



Меню приготовления блюд  
на "22" Мая 2024 год.

Возрастная категория обучающихся ОБЗ с 12 до 18 лет

Прим. пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая/ Среда					
Завтрак							
	106	Тефтели из говядины с рисом	90	8,40	13,28	10,07	193,38
	173	Каша гречневая рассыпчатая с луком	190	10,33	10,93	44,29	319,00
	285	Чай с сахаром и лимонном	200	0,07	0,01	15,31	0,62
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,20	0,70	34,02	171,00
Итого за завтрак			550	23,00	24,92	103,69	745,00
Обед							
	5	Сметана отварная (порционно)	100	1,80	0,20	11,80	56,00
	53	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,94	5,14	8,97	91,00
	131	Плов из мяса птицы (филе)	180	15,21	16,71	37,30	360,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	***	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	5,00	0,50	29,50	141,00
Итого за обед			890	23,91	22,93	107,37	735
Итого стоимость рациона							180-00

Технолог общественного питания  В.Н.Жорница

