



Рацион школьного питания  
Возрастная категория ОВЗ с 7 до 11 лет



Меню приготовления блюд  
на "24" Апрель 2024 год.

| Прим. п/ши              | № рецептуры | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |             |  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             |             | Второй/Сред  |           |                  |       |          |                         |
| Завтрак                 |             |  |           |                  |       |          |                         |
|                         | 1           | Булерброд с маслом                                 | 40        | 2,40             | 8,60  | 14,60    | 146,00                  |
|                         | 106         | Тефтели из говядины с рисом                        | 90        | 8,40             | 13,28 | 10,07    | 193,38                  |
|                         | 173         | Каша гречневая рассыпчатая с луком                 | 160       | 8,70             | 9,20  | 37,30    | 268,50                  |
|                         | 285         | Чай с сахаром и лимоном                            | 200       | 0,07             | 0,01  | 15,31    | 61,62                   |
|                         | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                  |
| Итого за завтрак        |             |  | 540       | 23,00            | 32,00 | 102,00   | 791                     |
| Обед                    |             |  |           |                  |       |          |                         |
|                         | 5           | Салата отварная (подливкой)                        | 60        | 0,90             | 0,10  | 5,90     | 28,00                   |
|                         | 53          | Щи из свежей капусты с картофелем                  | 250       | 1,55             | 4,11  | 7,18     | 73,00                   |
|                         | 131         | Плов из мяса птицы (филе)                          | 170       | 14,37            | 15,78 | 35,23    | 340,00                  |
|                         | 685         | Чай с сахаром                                      | 200       | 0,00             | 0,00  | 9,98     | 40,00                   |
|                         | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 60        | 4,00             | 0,60  | 29,20    | 146,00                  |
| Итого за обед           |             |  | 740       | 20,82            | 20,59 | 87,49    | 627                     |
| Итого стоимость, рашнон |             |  |           |                  |       |          | 180,00                  |

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

