



Министерство здравоохранения
Республики Казахстан
Департамент общественного питания
И.Г.Иванов



"Утейробай"
Публичный Центр ПК "Местереков"
Д.Б.Файзуллин

Меню приготовления блюд
на "05" Марта 2025 год.

Возрастная категория СВО с 12 до 18 лет.

| Прим. пп. | № рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|--------------------------------|-------------|--|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| | | Второй/Среда | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | 106 | Тфтели из говядины с рисом | 100 | 8,40 | 13,28 | 10,07 | 193,38 |
| | 212 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,60 | 4,70 | 39,40 | 230,00 |
| | 285 | Чай с сахаром и | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,30 | 37,00 |
| | 3 | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 70 | 4,20 | 0,70 | 34,02 | 171,00 |
| Итого за завтрак | | | 550 | 19,3 | 18,68 | 92,79 | 631 |
| Обед | | | | | | | |
| | 5 | Салат отварная (порционно) в нарезке | 100 | 1,8 | 0,2 | 11,8 | 56 |
| | 53 | Щи из свежей капусты | 250 | 1,94 | 5,14 | 8,97 | 91,00 |
| | 131 | Плов из мяса птицы (филе) | 180 | 28,60 | 35,10 | 28,40 | 547,00 |
| | 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 40,00 |
| | 3 | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 70 | 4,20 | 0,70 | 34,02 | 171,00 |
| Итого за обед | | | 800 | 36,54 | 41,14 | 93,17 | 905 |
| Итого стоимость рациона | | | | | | 189-20 | |

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонин* В.Н.Жонин

