



Меню приготовления блюд
на "10" Марта 2025 год.

Вариантное меню
Возрастная категория :Старшие классы

Примечания	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена завтрака
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Первая/Понедельник						
Завтрак 1 вариант								
	311	Каша рисовая молочная вязкая 250/10	260	6,45	9,80	41,36	276,00	
	42	Бутиерброд с сыром 30/10	40	5,00	3,00	14,50	107,00	
	269	Какао с молоком	200	3,70	3,90	25,90	133,00	
	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,40	0,33	13,89	68,10	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	2,00	0,30	16,50	71,50	
Итого за завтрак			560	19,55	17,33	112,15	675,60	89-10
Завтрак 2 вариант								
	542	Митбол с томатами	100	10,07	13	10,37	199,00	
	168	Пюре гороховое 180/5	185	17,70	5,80	41,60	292,00	
	285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,10	0,00	9,30	37,00	
	3	Хлеб ржаной	30	3,20	0,40	18,40	88,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	40	3,00	0,40	22,00	95,00	
Итого за завтрак			555	34,07	19,60	101,67	711,00	89-10
Завтрак 3 вариант								
	4	Салат из моркови	100	1,38	3,08	7,01	62	
	213	Макаронные изделия, запеченные с сыром	205	9,62	16,09	32,3	317,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,10	9,90	40,00	
	3	Хлеб ржаной	30	3,20	0,40	18,40	88,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	40	2,40	0,40	19,44	98,00	
Итого за завтрак			575	16,60	20,07	87,05	605,00	89-10

Технолог общественного питания: *Алиса* В.Н.Жошва

