



Меню приготовления блюд  
на "12" Марта 2025 год.

Возрастная категория: СВО с 5 по 11 классы.

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Среда					
<b>Завтрак</b>							
	492	Плов из мяса птицы (филе)	180	28,60	35,10	28,40	547,00
	285	Чай с молоком и	200	0,07	0,01	15,31	62,00
	8	Йогурт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,20	0,70	34,02	171,00
<b>Итого за завтрак</b>			<b>550</b>	<b>36,07</b>	<b>39,01</b>	<b>82,23</b>	<b>842</b>
<b>Обед</b>							
	5	Салата овощная (порционно) и нарезка	100	1,8	0,2	11,8	83,00
	148	Суп-лапша	250	2,50	7,5	13,75	143,00
	174	Каша перловая рассыпчатая	185	5,40	4,70	37,20	216,00
	103	Фрикадельки мясные с томатным соусом	100	8,50	7,00	6,10	210,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
<b>Итого за обед</b>			<b>885</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>103</b>	<b>814</b>
<b>Итого стоимость рациона</b>							<b>189-20</b>

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

