



Меню приготовления блюд  
на "13" Декабря 2024 год.

Возрастная категория ОБЗ с 7 до 11 лет

| Примечания              | № рецептуры | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |             |  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             |             | Вторая/ Пятница                                    |           |                  |       |          |                         |
| Завтрак                 |             |  |           |                  |       |          |                         |
|                         | 311         | Каша молочная пшеница маслом                       | 205       | 6,20             | 8,44  | 32,77    | 232,00                  |
|                         | 14          | Какао с молоком и Витамином С "Виташка"            | 200       | 3,90             | 3,10  | 25,16    | 145,00                  |
|                         | 3           | Бутерброд с маслом                                 | 40        | 2,40             | 8,60  | 14,60    | 146,00                  |
|                         | ***         | Фрукты свежие                                      | 100       | 0,40             | 0,40  | 9,80     | 47,00                   |
|                         | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 30        | 2,00             | 0,50  | 14,60    | 75,00                   |
| Итого за завтрак        |             |  | 575       | 14,9             | 20,84 | 96,93    | 643                     |
| Обед                    |             |  |           |                  |       |          |                         |
|                         | 78          | Икра морковная                                     | 60        | 1,00             | 4,30  | 4,90     | 62,00                   |
|                         | 148         | Суп-лапша  | 200       | 2,00             | 6,00  | 11,00    | 104,00                  |
|                         | 98          | Биточка мясные с томатным соусом                   | 90        | 10,07            | 13,00 | 10,37    | 199,33                  |
|                         | 138         | Картофельное пюре                                  | 150       | 3,08             | 4,92  | 20,00    | 199,00                  |
|                         | 285         | Чай с сахаром и лимоном                            | 200       | 0,00             | 0,00  | 9,98     | 40,00                   |
|                         | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                  |
| Итого за обед           |             |  | 750       | 19               | 29    | 81       | 726                     |
| Итого стоимость рациона |             |  |           |                  |       |          | 167-20                  |

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

