



Технолог:
Директор МКОБУ "Линия №1"
И.А. Жоланова



"Угрыстан"
Производственный Соператив ПК "Мясозумское"
И.С. Фабрицкая

Меню приготовления блюд
на "19" Февраля 2025 год.

Рацион: Школьное питание
Возрастная категория: ОБЗ, СВО с 7 до 11 лет

| Прием пищи | № рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Неделя/день | | Вторник/Среда | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | 106 | Тефтели из говядины с рисом | 100 | 8,40 | 13,28 | 10,07 | 193,38 |
| | 212 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,70 | 5,50 | 36,50 | 218,00 |
| | 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 | | | 500 | 17,47 | 19,29 | 86,18 | 595 |
| Обед | | | | | | | |
| | 5 | Свекла отварная (порционно) в нарезке | 60 | 0,90 | 0,10 | 5,90 | 83,00 |
| | 53 | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,55 | 4,11 | 7,18 | 110,00 |
| | 131 | Плов из мяса птицы (филе) | 170 | 27,01 | 33,15 | 26,82 | 517,00 |
| | 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 | 33,46 | 37,96 | 79,08 | 896 |
| Итого стоимость рациона | | | | | | | 176-00 |

Технолог общественного питания: *И.А. Жоланова* В.Н. Жоланова

