



Меню приготовления блюд
на "19" Ноябрь 2024 год.

Возрастная категория **ОВЗ с 7 до 11 лет**

Пример пищи	№ рецептура	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
		Первая/ Вторые					
Неделя/день							
Завтрак							
	98	Биточки мясные с томатным соусом	90	10,07	13,00	10,37	199,00
	297	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,40	6,80	43,40	288,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	2,00	0,30	14,60	73,00
Дополн.		Булочка сладкая	70	7,80	8,40	52,30	317,00
	274	Чай витаминизированный	200	0,20	0,00	10,00	38,00
	368	Фрукт (банан)	150	2,25	0,30	32,70	142,50
Итого за завтрак			720	32,72	28,8	165,37	1057,00
Обед							
	63	Суп картофельный с горохом	250	5,00	5,00	17,00	128,00
	4	Овощи порционно в нарезке	60	0,20	0,10	0,40	3,00
	106	Тыфтели из говядины с рисом	90	8,40	13,28	10,07	193,38
	212	Мякательные изделия отварные	150	5,70	5,47	36,50	218,10
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за обед			800	22,8	24,35	98,27	785
Итого стоимость рациона							237-20

Технолог общественного питания: *М.С.Ж.* В.Н.Жонина

