



Меню приготовления блюд
на "20" Февраля 2025 год.

Возрастная категория: СВО с 12 до 18 лет.

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
		Неделя/день					
		Вторник/ Четверг					
Завтрак	128	Котлеты куриные с соусом	100	11,12	13,60	9,00	203,00
	297	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,40	6,80	45,40	288,00
	685	Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,90	40,00
	8	Йогурт для детского питания	100	3,20	3,20	4,50	62,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	2,00	0,30	14,60	73,00
Итого за завтрак			610	26,73	23,9	83,4	666
Обед	4	Овощи порционно в нарезке (огурцы соленые)	100	0,2	0,1	0,4	83,00
	63	Суп картофельный с пишеном	250	2,60	2,50	19,30	143,00
	311	Каша молочная "Дружба" с маслом	205	6,20	8,44	32,77	242,00
	42	Бутерброд с сыром	40	5,00	3,00	14,50	127,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	743	Расстегай с мясом	100	9,90	9,80	25,10	230,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3	0,5	24,3	122
Итого за обед			945	27	24	126	987
Итого стоимость рациона							189-20

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

