



Меню приготовления блюд
на "21" ноября 2024 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет;
Бесплатное горячее питание

Прим. пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Первая/ Четверг						
Обед								
	17	Овощи порционно в нарезке	60	0,42	1,83	2,25	43,00	
	56	Борщ с капустой с картофелем	200	2,03	5,67	10,16	110,00	
	80	Рыба (филе) тушеная с овощами	100	10,25	6,60	2,20	121,00	
	138	Картофельное пюре	150	3,08	4,92	20,00	199,00	
	***	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	67,00	
	685	Чай с лимоном и сахаром	200	0,10	0,00	9,30	37,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	142,00	
Дополн.		258	Усбосмак	100	9,90	9,80	25,10	230,00
	***	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,00	82,00	
Итого за обед			1160	30,48	29,92	123,11	1031	

Итого стоимость рациона

162,20

Возрастная категория с 12 до 18 лет;
Родительская плата; ММС, МО, СВО.

Неделя/день		Первая/ Четверг					
Обед							
	17	Овощи порционно в нарезке	100	0,84	1,66	4,50	83,00
	56	Борщ с капустой с картофелем	250	2,03	5,67	10,16	125,00
	80	Рыба (филе) тушеная с овощами	100	10,25	6,60	2,20	119,00
	138	Картофельное пюре	180	3,70	5,90	24,00	239,00
	***	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	65,00
	685	Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,00	9,30	37,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	1,00	29,20	146,00
Итого за обед			990	21,22	21,23	89,16	814,00

Итого стоимость рациона

91,00

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

