



"Современо"
 Институт питания №6
 И.Т. Исмаилов



"Угтерэплан"
 Председатель Совета ПК "Мелеузовское"
 И.Г. Фаизуллин

Меню приготовления блюд
 на "25" Февраля 2025 год.

Вариативное меню

Возрастная категория: Старшие классы

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена завтрака
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Первая/Вторник						
Завтрак 1 вариант								
	98	Биточки мясные с томатным соусом	120	13,43	17,33	13,83	266,00	
	173	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,40	6,80	45,40	288,00	
	648	Кисель плодоваягодный	200	0,00	0,00	20,00	76,00	
	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,40	0,33	13,89	68,10	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	2,00	0,30	16,50	71,50	
Итого за завтрак			560	28,23	24,76	109,62	769,60	89-10
Завтрак 2 вариант								
	106	Тефтели из говядины с рисом	100	8,4	13,28	10,07	193,00	
	212	Макаронные изделия отварные	180	5,70	5,47	36,50	218,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,90	40,00	
	4	Хлеб ржаной	40	3,20	0,40	18,40	88,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	2,00	0,30	16,50	71,00	
Итого за завтрак			550	19,50	19,45	91,37	610,00	
Завтрак 3 вариант								
	98	Котлеты из говядины с томатным соусом	100	12,36	10,98	10,5	192,00	
	297	Рис отварной	180	4,32	7,20	44,16	263,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,90	40,00	
	3	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,20	0,40	18,40	88,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	2,00	0,30	16,50	71,00	
Итого за завтрак			550	21,98	18,88	99,46	654,00	89-10

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

