



Меню приготовления блюд
на "26" Февраля 2025 год.

Возрастная категория СВО с 5 и 11 классы.

| Прием пищи | № рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|--------------------------------|-------------|--|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Неделя/день | | Понедельник / Среда | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | 492 | Плов из мяса птицы (филе) | 180 | 28,60 | 35,10 | 28,40 | 547,00 |
| | 285 | Чай с молоком и | 200 | 0,07 | 0,01 | 15,31 | 62,00 |
| | 8 | Йогурт для детского питания | 100 | 3,20 | 3,20 | 4,50 | 62,00 |
| | 3 | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 70 | 4,20 | 0,70 | 34,02 | 171,00 |
| Итого за завтрак | | | 550 | 36,07 | 39,01 | 82,23 | 842 |
| Обед | | | | | | | |
| | 5 | Свекла отварная (порционно) в нарезке | 100 | 1,8 | 0,2 | 11,8 | 83,00 |
| | 148 | Суп-лапша | 250 | 2,50 | 7,5 | 13,75 | 143,00 |
| | 174 | Каша перловая рассыпчатая | 185 | 5,40 | 4,70 | 37,20 | 216,00 |
| | 103 | Фрикадельки мясные с томатным соусом | 100 | 8,50 | 7,00 | 6,10 | 210,00 |
| | 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 9,90 | 40,00 |
| | 3 | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 50 | 3,00 | 0,50 | 24,30 | 122,00 |
| Итого за обед | | | 885 | 21 | 20 | 103 | 814 |
| Итого стоимость рациона | | | | | | | 189-20 |

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

