



Меню приготовления блюд
на "27" ноября 2024 год.

Рашион: Школьное питание

Возрастная категория ОБЗ с 7 до 11 лет

Прим. пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
				Белок	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Вторник/ Среда						
Завтрак								
	106	Тефтели из говядины с рисом	100	8,40	13,28	10,07	193,38	
	138	Картофельное пюре	150	3,08	4,92	20,00	199,00	
	285	Чай с сахаром и лимонком	200	0,07	0,01	15,31	61,62	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00	
Дополн.		***	Шоколад	50	2,50	16,50	28,00	267,50
		***	Сок	200	1,00	0,20	20,00	82,00
Итого за завтрак			750	18,35	35,41	117,68	925	
Обед								
	5	Свекла отварная (порционно) в нарезке	60	0,90	0,10	5,90	83,00	
	53	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,55	4,11	7,18	110,00	
	131	Плов из мяса птицы (филе)	170	27,01	33,15	26,82	517,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	0,60	29,20	146,00	
Итого за обед			740	33,46	37,96	79,08	896	
Итого стоимость, рашиона							237,20	

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

