



Меню приготовления блюд  
 на "03 " Июля 2023 год.

Возрастная категория с 12 до 14 лет ДЛТО.

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Понедельник					
Завтрак	302	Каша пшеничная молочная с	260	5,61	6,12	27,21	251,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	80,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	80	2,10	0,36	11,10	57,00
Итого за завтрак			550	7,70	6,48	53,28	388,00
Обед	таб.32	Овощи свежие (порционно)	40	3,52	5,98	9,78	70,00
	37	Борщ из свежей капусты	250	3,52	5,98	9,78	137,00
	212	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,90	7,70	40,70	280,00
	125	Котлеты из говядины с	100	16,00	15,10	13,00	200,00
	631	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,91	75,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	5,60	0,90	30,90	157,00
Итого за обед			820,00	31,62	32,40	96,82	971,00
<b>Итого стоимость рациона</b>							<b>140-00</b>


Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина



**Меню приготовления блюд  
на "03 " Июля 2023 год.**

**Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП**

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Неделя/день</b>		<b>Первая / Понедельник</b>					
<b>Завтрак</b>	302	Каша пшеничная молочная с маслом	260	5,61	6,12	27,21	240,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	60,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	40	2,10	0,36	11,10	57,00
<b>Итого за завтрак</b>			<b>500</b>	<b>7,71</b>	<b>6,48</b>	<b>53,28</b>	<b>357,00</b>
<b>Обед</b>	таб.32	Овощи свежие (порционно)	40	3,52	5,98	9,78	117,00
	37	Борщ из свежей капусты со сметаной	205	1,34	3,94	9,15	96,00
	212	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,90	7,70	40,70	280,00
	125	Котлеты из говядины с соусом	100	16,00	15,10	13,00	200,00
	631	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,91	75,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	5,60	0,90	30,90	157,00
<b>Итого за обед</b>			<b>745,00</b>	<b>30,80</b>	<b>33,66</b>	<b>105,30</b>	<b>903,00</b>
<b>Итого стоимость рациона</b>							<b>140-00</b>

Технолог общественного питания  В.Н.Жонина