

8

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)

МОБУСОВ.г. Утягулово

День: 09.03.2023

Неделя: 2,00

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4,00	5,00	6,00	7,00
Завтрак						
	Каша дружба	200	4,00	7,00	22,00	167,00
117	Кисель	200	0,00	0,00	17,00	69,00
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,00	25,00	118,00
198	Апельсин	150	12,00	0,00	11,00	57,00
	Пряник	50	3,00	2,00	37,00	183,00
Итого за Завтрак			23,00	9,00	112,00	594,00
Обед ОВЗ						
33	Салат свеколка	60	1,00	6,00	9,40	96,40
88	Щи из капусты	200	6,90	8,70	6,50	128,90
94	Рыба тушеная в томате с	100	10,90	7,90	2,40	119,70
	Рис отварной	180	4,30	7,10	43,80	250,70
	Компот	200	0,00	0,00	21,80	86,20
	Хлеб пшеничный	70	5,30	0,40	35,10	165,80
184	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Итого			29,40	30,30	139,20	939,70
Завтрак 5-11						
	Каша дружба	200	4,00	7,00	22,00	167,00
	Кисель	200	0,00	0,00	17,00	69,00
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,00	25,00	118,00
	Апельсин	150	12,00	0,00	11,00	57,00
Итого за Обед			20,00	7,00	75,00	411,00
Итого за день			72,40	46,30	326,20	1944,70