

10

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

МОБУСОИ. Утягулово

День: 24.03.2023

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 манная вязкая	200	6,00	8,00	33,00	220,00
117	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,00	56,00
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,00	25,00	118,00
198	Сыр порциями	15	3,00	4,00	0,00	53,00
	Яблоко	150	1,00	1,00	13,00	62,00
Итого за Завтрак			14,00	13,00	85,00	509,00
Обед ОВЗ						
33	Морковь тертая	60	0,60	1,20	4,50	32,40
88	Рассольник ленинградский	200	2,09	5,01	13,90	109,77
94	Жаркое подомашнему	240	15,00	16,20	2,00	214,08
	Компот	200			21,80	86,20
	Хлеб пшеничный	70	5,30	0,40	35,10	165,80
	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00
184						
Итого			23,99	23,01	97,50	700,25
Завтрак 5-11						
	Каша манная вязкая	200	6,00	8,00	33,00	220,00
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,00	56,00
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,00	25,00	118,00
	Сыр порциями	15	3,00	4,00	0,00	53,00
	Апельсин	150	0,50	0,50	12,90	62,00
Итого за Обед			13,50	12,50	84,90	509,00
Итого за день			51,49	48,51	267,40	1718,25