

Согласовано
 директор ПБДУ Ковалева Л.Г.
 10 января 2022 г.

Утверждаю



Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет с диагнозом "аллергия"

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша гречневая вязкая №302	250	7,3	1,9	45,0	225,9	302	2004
Чай с сахаром №685	200/15	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Печенье галетное	50	5,5	0,7	34,7	172,6		
Итого за прием пищи:	565	16,7	2,9	119,0	573,8		
Обед							
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый)	100	0,8	0,1	1,6	12,6		
Рассольник ленинградский №132	250	2,3	5,3	17,4	126,4	132	2004
Мясо отварное №411	100	29,3	25,1	0,3	343,6	411	2004
Картофель тушеный №216	200	4,3	16,4	33,6	299,1	216	2004
Компот из изюма №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	348	2011
Хлеб пеклеванный	60	3,9	0,5	24,6	118,7		
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	229,7		
Итого за прием пищи:	1010	48,5	48,1	153,6	1 242,7		
Всего за день:		65,2	51,0	272,6	1 816,5		

Зав. производством _____