

ПБОУ. Софеев, Тобела ТТ
10 марта 2022

Утверждаю



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

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша рисовая вязкая №302	250	3,6	0,5	49,8	218,0	302	2004
Напиток яблочный №701	200	0,1	0,1	25,7	104,3	701	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:	550	12,9	1,6	134,5	609,7		
Обед							
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый)	100	0,8	0,1	1,6	12,6		
Суп картофельный №133	250	2,5	3,4	20,2	122,1	133	2004
Котлеты, биточки, шницели №451	100	16,1	11,5	14,7	226,8	451	2004
Картофельное пюре №520	200	3,3	0,7	27,1	127,7	520	2004
Компот из смеси сухофруктов №639	200	0,4	0,0	30,8	126,5	639	2004
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	34,4	16,8	167,7	964,1		
Всего за день:		47,3	18,4	302,2	1 573,8		

Зав. производством _____