



Меню приготовления блюд  
на "28" Марта 2025 год.

Возрастная категория СВО с 5 по 11 классы.

Прим. п/ши	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Питание					
<b>Завтрак</b>							
	527	Ежики мясные	100	8,40	13,28	10,07	193,38
	297	Каша ячневая рассыпчатая	180	5,80	4,80	36,30	215,00
	5	Кисель из плодово-ягодных концентратов	200	0,00	0,00	20,00	76,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,20	0,70	34,02	171,00
<b>Итого за завтрак</b>			<b>550</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>100</b>	<b>655</b>
<b>Обед</b>							
	4	Овощи порционно в нарезке (свекла, морковь)	100	0,8	0,20	1,60	98,00
	54	Рассольник "Ленинградский"	250	2,61	6,26	17,40	238,00
	97	Жаркое по-домашнему	180	17,37	17,91	17,01	330,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,20	0,70	34,02	171,00
<b>Итого за обед</b>			<b>800</b>	<b>24,98</b>	<b>25,07</b>	<b>79,9</b>	<b>877</b>
<b>Итого стоимость рациона</b>							<b>189-20</b>

Технолог общественного питания: *Жуков* В.Н.Жонина

