



Меню приготовления блюд
на "10" Марта 2026год.

Возрастная категория **ОВЗ, СВО с 7 до 11 лет**

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Вторник					
Завтрак							
	302	Каша молочная овсяная "Геркулес"	205	7,73	13,14	34,14	286,41
	306/2	Яйцо отварное	40	6,86	6,21	0,38	84,78
	685	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	0,60	29,20	146,00
Итого за завтрак			505	18,79	19,95	73,62	557,19
Обед							
	78	Свекла отварная порционная	60	0,78	2,70	4,56	85,60
	53	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	210	4,24	16,08	7,50	173,01
	97	Жаркое по-домашнему с птицей	180	17,50	5,80	14,58	181,77
	294	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,10	31,20	121,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	0,60	29,20	146,00
Итого за обед			710	27,02	25,28	87,04	707,38
Итого стоимость рациона							176-00

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

