



Меню приготовления блюд
на "18" Марта 2026 год.

Рацион: Школьное питание

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

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая/ Среда					
Завтрак							
	106	Тефтели из говядины с рисом	90	8,40	13,28	10,07	193,38
	212	Макаронные изделия отварные	150	5,70	5,50	36,50	218,00
	648	Кисель плодоягодный	200	0,00	0,00	5,20	21,20
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	0,60	29,20	146,00
Итого за завтрак			500	18,00	19,40	81,00	579
Обед							
	63	Суп картофельный с бобовыми	200	5,51	4,74	25,74	152,00
	ТТК 6	Котлеты рыбные с соусом	100	8,45	9,33	12,68	169,00
	138	Картофельное пюре	150	3,08	5,92	20,00	199,00
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	0,60	29,20	146,00
Итого за обед			710	21,04	20,59	97,60	706
Итого стоимость рациона				176-00			

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина

