



Меню приготовления блюд
на "19" Декабря 2025 год.

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		Первая/ Пятница					
Завтрак							
	106	Тефтели из говядины с рисом	100	8,40	13,28	10,07	193,38
	297	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,84	8,28	43,08	287,00
	287	Кофейный напиток на молоке	200	3,20	2,80	18,50	109,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,20	0,70	34,02	171,00
Итого за завтрак			550	25,64	25,06	105,67	760,38
Обед							
	63	Суп картофельный с бобовыми	200	5,51	4,74	25,74	150,00
	388	Котлеты рыбные	70	12,70	8,50	12,20	177,00
	234	Соус томатный	40	0,40	1,87	2,53	29,00
	212	Макаронные изделия отварные	150	5,30	6,20	32,70	202,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,70	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за обед			710	26,91	21,81	107,17	720
Итого стоимость рациона							176-00

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

