



Рацион Школьное питание
Возрастная категория: СВО: QW3 с 12 до 18 лет



Меню приготовления блюд
на "23" Сентября 2025 год.

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Второй/ Вторник					
Завтрак							
	78	Салата отварная порционная	100	1,30	4,50	7,60	76,00
	97	Жаркое по-домашнему с картофелем	180	17,50	5,80	14,58	182,00
	693	Каша с молоком	200	4,60	4,40	12,50	107,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,67	0,70	48,67	171,00
Итого за завтрак			550	28,07	15,4	83,35	536
Обед							
	34	Рисовый суп "Ленинградский" со сметаной	260	2,13	5,25	15,38	120,00
	95	Гуляш из мяса птицы	90	13,63	1,67	2,47	79,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая	185	9,79	8,24	42,85	285,00
	631	Компот из свежих фруктов	200	0,20	0,10	17,20	68,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,67	0,70	48,67	171,00
Итого за обед			805	30	16	127	723
Итого стоимость рациона							189,20

Технолог общественного питания: *А.Н.Жонина*

