



Меню приготовления блюд  
на "30" Сентября 2025 год.

Возрастная категория СВО; ОВЗ с 12 лет и старше

| Прием пищи              | №<br>рецептуры | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|-------------------------|----------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                         |                |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| Неделя/день             |                | Первая/ Вторник                                    |           |                  |       |          |                            |
| Завтрак                 |                |                                                    |           |                  |       |          |                            |
|                         | 302            | Каша молочная овсяная Геркулес                     | 260       | 9,80             | 16,66 | 43,30    | 363,30                     |
|                         | 306/3          | 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        |                |                                                    | 560       | 20,86            | 23,47 | 82,78    | 634,08                     |
| Обед                    |                |                                                    |           |                  |       |          |                            |
|                         | 78             | Свекла отварная порционная                         | 100       | 1,30             | 4,50  | 7,60     | 76,10                      |
|                         | 53             | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной       | 260       | 5,25             | 7,53  | 9,29     | 126,00                     |
|                         | 97             | Жаркое по-домашнему с птицей                       | 180       | 18,53            | 7,18  | 18,05    | 225,00                     |
|                         | 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           |                |                                                    | 800       | 29,58            | 19,91 | 95,34    | 694,10                     |
| Итого стоимость рациона |                |                                                    |           |                  |       |          | 189-20                     |

Технолог общественного питания: В.Н.Жоина В.Н.Жоина

