



Меню приготовления блюд  
на "30" Сентября 2025 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет:  
Бесплатное горячее питание

| Прием пищи              | № рецептуры | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |             |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             |             | Первая/ Вторник                                    |           |                  |       |          |                         |
| Обед                    |             |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 78          | Свекла отварная порционно                          | 60        | 0,78             | 2,70  | 4,56     | 46,00                   |
|                         | 53          | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной       | 210       | 4,24             | 6,08  | 7,50     | 102,00                  |
|                         | 97          | Жаркое по-домашнему с птицей                       | 180       | 17,50            | 5,80  | 15,00    | 182,00                  |
|                         | 294         | Компот из сухофруктов                              | 200       | 0,50             | 0,10  | 31,20    | 121,00                  |
|                         | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 60        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                  |
| Итого за обед           |             |                                                    | 710       | 26,02            | 15,18 | 82,56    | 573,00                  |
| Итого стоимость рациона |             |                                                    |           | 93-50            |       |          |                         |

Возрастная категория с 12 до 18 лет :  
Родительская плата; ММС; МО,СВО.

| Прием пищи              | № рецептуры     | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-----------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                         |                 |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день             | Первая/ Вторник |                                                    |           |                  |       |          |                         |
| Обед                    |                 |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                         | 78              | Свекла отварная порционно                          | 100       | 1,30             | 4,50  | 7,60     | 76,10                   |
|                         | 53              | Щи из свежей капусты с картофелем и                | 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             | 1,00  | 29,20    | 146,00                  |
| Итого за обед           |                 |                                                    | 800       | 29,58            | 20,31 | 95,34    | 694,10                  |
| Итого стоимость рациона |                 |                                                    | 100-10    |                  |       |          |                         |

Технолог общественного питания: Исаева В.Н.Жонина

