



Меню приготовления блюд
на "30" Декабри 2025 года.

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

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Вторник					
Завтрак							
	302	Каша молочная овсяная "Геркулес"	205	7,73	13,14	34,14	286,41
	306/2	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	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			505	17,79	19,85	68,72	533,19
Обед							
	78	Свекла отварная порционная	60	0,78	2,70	4,56	97,00
	53	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	210	5,25	17,53	9,29	178,00
	97	Жаркое по-домашнему с пшеницей	180	18,53	7,18	18,05	278,00
	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	28,06	28,01	87,4	796
Итого стоимость рациона							176-00

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

