



Меню приготовления блюд  
на "17 " Июня 2025 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

| Прием<br>пищи           | №<br>рецептур | Наименование блюда                                       | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|-------------------------|---------------|----------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                         |               |                                                          |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| Неделя/день             |               | Первая / Вторник                                         |           |                  |       |          |                            |
| Завтрак                 | 206           | Бутерброд с сыром 30/10                                  | 40        | 5,00             | 7,00  | 14,50    | 106,00                     |
|                         | 302           | Каша молочная рисовая с<br>маслом200/5                   | 205       | 5,10             | 8,20  | 31,30    | 220,00                     |
|                         | 686           | Чай с сахаром и молоком                                  | 200       | 1,40             | 1,40  | 11,20    | 61,00                      |
|                         | 3             | Хлеб пшеничный,<br>обогащенный (для детского<br>питания) | 60        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                     |
| Итого за<br>завтрак     |               |                                                          | 505       | 14,50            | 17,10 | 81,30    | 509,00                     |
| Обед                    | таб.32        | Овощи свежие (порционно)                                 | 60        | 0,72             | 0,12  | 2,28     | 15,00                      |
|                         | 148           | Суп-лапша домашняя                                       | 200       | 2,60             | 4,30  | 11,60    | 96,00                      |
|                         | 176           | Картофельное пюре                                        | 150       | 3,00             | 7,30  | 23,01    | 157,00                     |
|                         | 54            | Рыба тушеная с<br>овощами50/50                           | 100       | 12,20            | 10,10 | 55,20    | 138,00                     |
|                         | ТТК           | Напиток "Витошка"                                        | 200       | 0,00             | 0,00  | 19,00    | 96,00                      |
|                         | 3             | Хлеб пшеничный,<br>обогащенный (для детского<br>питания) | 30        | 1,80             | 0,30  | 14,58    | 73,00                      |
|                         | 3             | Хлеб ржаной                                              | 20        | 2,07             | 0,27  | 12,39    | 62,00                      |
| Итого за<br>обед        |               |                                                          | 760,00    | 22,39            | 22,39 | 138,06   | 637,00                     |
| Итого стоимость рациона |               |                                                          |           |                  |       |          | 156,00                     |

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина



Меню приготовления блюд  
на "17 " Июня 2025 год.

Возрастная категория с 12 до 14 лет ДЛТО

| Прием<br>пищи           | рецептур | Наименование блюда                                       | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|-------------------------|----------|----------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                         |          |                                                          |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| Неделя/день             |          | Первая / Вторник                                         |           |                  |       |          |                            |
| Завтрак                 | 206      | Бутерброд с сыром30/10                                   | 40        | 5,00             | 7,00  | 14,50    | 106,00                     |
|                         | 302      | Каша молочная рисовая с<br>маслом 250/10                 | 260       | 6,31             | 10,15 | 38,75    | 293,00                     |
|                         | 686      | Чай с сахаром и молоком                                  | 200       | 0,06             | 0,01  | 15,18    | 98,00                      |
|                         | 3        | Хлеб пшеничный,<br>обогащенный (для детского<br>питания) | 60        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                     |
| Итого за<br>завтрак     |          |                                                          | 560       | 14,37            | 17,66 | 92,73    | 619,00                     |
| Обед                    | таб.32   | Овощи свежие в нарезке                                   | 60        | 0,72             | 0,12  | 2,28     | 15,00                      |
|                         | 148      | Суп-лапша домашняя                                       | 250       | 2,60             | 4,30  | 11,60    | 117,00                     |
|                         | 176      | Картофельное пюре                                        | 150       | 3,00             | 7,30  | 23,01    | 157,00                     |
|                         | 54       | Рыба тушенная с овощами<br>50/50                         | 100       | 12,20            | 10,10 | 55,20    | 138,00                     |
|                         | ТТК      | Напиток "Витошка"                                        | 200       | 0,00             | 0,00  | 19,00    | 96,00                      |
|                         | 3        | Хлеб пшеничный,<br>обогащенный (для детского<br>питания) | 30        | 1,80             | 0,30  | 14,58    | 73,00                      |
|                         | 3        | Хлеб ржаной                                              | 20        | 2,07             | 0,27  | 12,39    | 61,50                      |
| Итого за<br>обед        |          |                                                          | 850       | 22,39            | 22,39 | 138,06   | 657,50                     |
| Итого стоимость рациона |          |                                                          |           |                  |       |          | 156-00                     |

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина