



Меню приготовления блюд
на "20 "Июня 2025 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет ЛДП

Прием пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Пятница					
Завтрак	191	Каша молочная манная с маслом 200/10	210	9,29	14,61	49,65	368,00
	7	Яйцо отварное	40	6,86	6,21	0,38	85,00
	296	Чай с сахаром и молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			500	20,55	22,72	85,53	636,00
Обед	6	Салат из свежей капусты	60	0,55	0,10	0,10	12,00
	139	Суп картофельный с бобовыми	200	7,80	6,30	35,27	216,00
	97	Жаркое по- домашнему(филе кур)	180	24,50	25,64	23,82	424,00
	293	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,01	31,20	121,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	1,80	0,30	14,58	73,00
	3	Хлеб ржаной	30	2,07	0,27	12,39	62,00
Итого за обед			700,00	37,22	32,62	117,36	908,00
Итого стоимость рациона							
156-00							

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина



Меню приготовления блюд
на "20 "Июня 2025 год.

Возрастная категория с 12 до 14 лет ДЛТО

Прием пищи	рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая / Пятница					
Завтрак	191	Каша молочная манная с маслом	260	7,50	11,80	40,10	297,50
	7	Яйцо отварное	40	6,86	6,21	0,38	85,00
	296	Чай с сахаром и молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			550	18,76	19,91	75,98	565,50
Обед	6	Салат из свежей капусты	100	0,55	0,10	0,10	12,00
	139	Суп картофельный с бобовыми	250	7,80	4,88	35,27	216,00
	97	Жаркое домашнему(филе кур)	180	24,50	25,64	23,82	424,00
	293	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,01	31,20	121,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	40	1,80	0,30	14,38	73,00
	3	Хлеб ржаной	30	2,07	0,27	12,39	62,00
Итого за обед			800	37,22	31,20	117,16	908,00
Итого стоимость рациона							156-00

Технолог общественного питания  В.Н.Жонина