



Меню приготовления блюд
на "26" 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		Вторая / Четверг					
Завтрак	302	Каша молочная Артек с маслом 200/5	205	10,00	10,10	51,10	336,00
	368	Фрукты свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00
	686	Чай с лимоном и сахаром	200	0,10	0,00	9,30	37,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	1,80	0,30	14,58	73,00
Итого за завтрак			535	12,3	10,7	85,28	493
Обед	таб.32	Овощи свежие в нарезке	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	160	Щи из свежей капусты со сметаной 200/10	210	1,70	5,60	8,40	91,00
	221	Каша пшеничная рассыпчатая	150	8,00	4,90	47,00	255,00
	95	Ежики мясные с соусом	100	14,15	14,80	2,62	200,00
	291	Напиток из свежих плодов	200	0,20	0,10	17,20	68,00
	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			780,00	28,64	26,09	104,47	764,00
Итого стоимость рациона							156,00

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина



**Меню приготовления блюд
на "26" 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		Вторая / Четверг					
Завтрак	302	Каша молочная Артек с маслом 250/10	260	10,00	10,10	51,10	336,00
	686	Чай с лимоном и сахаром	200	0,10	0,00	9,30	37,00
	368	Фрукты свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	1,80	0,30	14,58	73,00
Итого за завтрак			590	12,30	10,70	85,28	493,00
Обед	таб.32	Овощи свежие в нарезке	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	160	Щи из свежей капусты	250	1,70	5,60	8,40	91,00
	221	Каша пшеничная рассыпчатая	150	8,00	4,90	47,00	255,00
	95	Ежики мясные с соусом	100	14,15	14,80	2,62	200,00
	291	Напиток из свежих плодов	200	0,20	0,10	17,20	68,00
	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			820,00	28,64	26,09	104,47	764,00
Итого стоимость рациона							156-00

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина