



**Меню приготовления блюд
на "29 " 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 / Воскресенье					
Завтрак	7	Яйцо отварное	40	6,86	6,21	0,38	85,00
	302	Каша пшенная молочная с маслом200/5	205	4,53	4,94	21,98	251,00
	296	Чай с сахаром и молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			505	15,79	13,05	57,86	519
Обед	таб.32	Овощи свежие в нарезке	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	132	Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,40	3,60	15,40	151,00
	138	Картофельное пюре	150	17,70	9,40	41,60	292,00
	81	Рыба припущенная	100	22,50	13,10	0,63	161,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,90	40,00
	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	47,19	26,79	96,78	794,00
Итого стоимость рациона							
156-00							

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина



Меню приготовления блюд
на "29 " 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 / Воскресенье					
Завтрак	302	Каша пшениная молочная с маслом250/10	260	4,53	4,94	21,98	251,00
	296	Чай с сахаром и молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00
	7	Яйцо отварное	40	6,86	6,21	0,38	85,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			560	15,79	13,05	57,86	519
Обед	таб.32	Овощи свежие в нарезке	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	132	Рассольник Ленинградский	250	2,40	3,60	15,40	151,00
	138	Картофельное пюре	150	17,70	9,40	41,60	292,00
	81	Рыба припущенная	100	22,50	13,10	0,63	161,00
	685	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	30	1,80	0,30	14,58	73,00
	3	Хлеб ржаной	20	2,07	0,27	12,39	62,00
Итого за обед			810,00	47,29	26,79	96,78	794,00
Итого стоимость рациона							156-00

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина