



Меню приготовления блюд
на "30 " 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 / Понедельник					
Завтрак	302	Каша пшеничная молочная с маслом 200/5	205	5,61	6,12	27,21	240,00
	40	Бутерброд с маслом30/10	40	2,40	8,60	14,60	146,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	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	8,61	6,62	61,41	402,00
Обед	таб.32	Овощи свежие в нарезке	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	37	Борщ из свежей капусты со сметаной 200/10	210	1,34	3,94	9,15	96,00
	212	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,90	7,70	40,70	280,00
	125	Котлеты из говядины с соусом 60/40	100	16,00	12,10	0,00	298,00
	631	Компот 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	20	1,38	0,18	8,26	52,00
Итого за обед			770,00	26,34	27,44	92,17	772,00
Итого стоимость рациона							156-00

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина



Меню приготовления блюд
на "30 " 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 / Понедельник					
Завтрак	302	Каша пшениная молочная с маслом	205	5,61	6,12	27,21	240,00
	602	Выпечка	50	2,00	9,86	26,66	203,00
	1	Бутерброд с маслом30/10	40	2,40	8,60	14,60	146,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	80,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			555	13,01	25,08	107,74	791,00
Обед	таб.32	Овощи свежие в нарезкек	60	0,72	0,12	2,28	15,00
	37	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	3,52	5,98	9,78	137,00
	212	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,90	7,70	40,70	280,00
	125	Котлеты из говядины с соусом 60/40	100	16,00	12,10	0,00	298,00
	631	Компот 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	20	1,38	0,18	8,26	52,00
Итого за обед			810,00	28,52	26,48	92,80	923,00
Итого стоимость рациона							
156-00							

Технолог общественного питания:  В.Н.Жонина