



Меню приготовления блюд  
на "13" Марта 2026 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет;  
Бесплатное горячее питание

| Прием пищи       | № рецептуры | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|------------------|-------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                  |             |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день      |             | Первая/ Пятница                                    |           |                  |       |          |                         |
| Завтрак          |             |                                                    |           |                  |       |          |                         |
|                  | 106         | Тефтели из говядины с рисом                        | 90        | 8,40             | 13,28 | 10,07    | 248,00                  |
|                  | 297         | Каша перловая рассыпчатая                          | 150       | 4,50             | 3,90  | 31,02    | 181,00                  |
|                  | 287         | Кофейный напиток на молоке                         | 200       | 3,20             | 2,80  | 18,50    | 109,00                  |
|                  | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 60        | 3,00             | 0,50  | 24,30    | 122,00                  |
| Итого за завтрак |             |                                                    | 500       | 19               | 20    | 84       | 660                     |

Итого стоимость рациона 82-50

Возрастная категория с 12 лет и старше ;

Родительская плата; ММС; МО.

| Прием пищи       | № рецептуры | Наименование блюда                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|------------------|-------------|----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
|                  |             |                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя/день      |             | Первая/Пятница                                     |           |                  |       |          |                         |
| Завтрак          | 106         | Тефтели из говядины с рисом                        | 100       | 8,40             | 13,28 | 10,07    | 193,38                  |
|                  | 297         | Каша перловая рассыпчатая                          | 180       | 5,40             | 4,70  | 37,20    | 216,00                  |
|                  | 287         | Кофейный напиток на молоке                         | 200       | 3,20             | 2,80  | 18,50    | 109,00                  |
|                  | 3           | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 70        | 4,67             | 0,70  | 48,67    | 171,00                  |
| Итого за завтрак |             |                                                    | 550       | 22               | 21    | 114      | 689                     |

Итого стоимость рациона 89-10

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

