



Меню приготовления блюд
на "13" Марта 2026 год.

Возрастная категория ОВЗ, СВО с 7 до 11 лет

Прием пищи	№ рецептур	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	31,20	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	19,1	20,48	84,07	660
Обед							
	63	Суп картофельный с бобовыми	200	5,51	4,74	25,74	150,00
	388	Котлеты рыбные	60	12,70	8,50	12,20	177,00
	234	Соус томатный	40	0,40	1,87	2,53	29,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,20	6,90	35,90	238,90
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,70	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за обед			700	29,81	22,51	110,37	756,9
Итого стоимость рациона							176-00

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

