



Меню приготовления блюда
на "16" Января 2026 год.

Возрастная категория ОБЗ, СВО с 7 до 11 лет

Прим. пищи	№ рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Питание					
Завтрак							
	106	Тефтели из говядины с рисом	100	8,40	13,28	10,07	193,38
	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)	70	4,20	0,70	34,02	171,00
Итого за завтрак			520	20,3	20,68	93,79	654,38
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	5,30	6,20	32,70	202,00
	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	26,91	21,81	107,17	720
Итого стоимость рациона							176,00

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина*

