



Меню приготовления блюд
на "13" Марта 2025 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет;
Бесплатное горячее питание

Бесплатное горячее питание				Пищевые вещества			Энергетическая ценность
Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Понедельник/ Четверг					
Обед							
	21	Салат витаминный	60	0,98	2,70	6,67	54,00
	56	Борщ с капустой с картофелем	200	2,03	5,67	10,16	110,00
	80	Рыба (филе) тушеная с овощами	100	10,25	6,60	2,20	121,00
	138	Картофельное пюре	150	3,08	4,92	20,00	199,00
	***	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	67,00
	685	Чай с лимоном и сахаром	200	0,10	0,00	9,30	37,00
3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00	
Итого за обед			860	20,14	20,79	82,43	710
93-50							

Итого стоимость рациона

Возрастная категория с 12 до 18 лет;
Родительская плата: ММС,МО.

Неделя/день		Понедельник/ Четверг					
Обед	17	Овощи порционно в нарезке (огурцы соевые)	100	0,84	1,66	4,50	83,00
	56	Борщ с капустой с картофелем	250	2,03	5,67	10,16	125,00
	80	Рыба (филе) тушеная с овощами	100	10,25	6,60	2,20	119,00
	138	Картофельное пюре	180	3,70	5,90	24,00	239,00
	***	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	65,00
	685	Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,00	9,30	37,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	1,00	29,20	146,00
Итого за обед			990	21,22	21,23	89,16	814,00
Итого стоимость рациона			100-10				

Технолог общественного питания: *М.И.Жонина* В.И.Жонина

