



Меню приготовления блюд
на "21" Января 2026 год.

Возрастная категория СВО;ОВЗ с 12 до 18 лет

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Вторая/ Среда					
Завтрак							
	106	Тефтели из говядины с рисом	100	8,40	13,28	10,07	193,38
	212	Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,17	44,50	253,00
	648	Кисель плодовая/годный	200	0,00	0,00	5,20	21,20
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,67	0,70	48,67	171,00
Итого за завтрак			550	20,00	19,10	108,00	638,00
Обед							
	63	Суп картофельный с бобовыми	250	10,50	12,74	24,74	215,00
	ТТК 6	Котлеты рыбные с соусом	100	8,45	9,33	12,68	189,00
	138	Картофельное пюре	180	3,70	5,90	24,00	199,00
	685	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,67	0,70	48,67	171,00
Итого за обед			800	27,30	28,67	121,07	814
Итого стоимость рациона							189-20

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

