



Меню приготовления блюд  
на "21" Апреля 2026 год.

Вариативное меню

Возрастная категория : Старшие классы,

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена завтрака
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя/день		Вторая/Вторник						
<b>Завтрак 1 вариант</b>								
	78	Свекла отварная	100	1,30	4,50	7,60	76,00	
	97	Жаркое по-домашнему с	180	17,50	5,80	14,58	182,00	
	693	Какао с молоком	200	4,60	4,40	12,50	107,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,67	0,70	48,67	171,00	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>550</b>	<b>28</b>	<b>15</b>	<b>83</b>	<b>536</b>	<b>89-10</b>
<b>Завтрак 2 вариант</b>								
	95	Гуляш из мяса птицы	100	15,14	8,2	2,74	88	
	173	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,84	8,28	43,08	287,00	
	631	Компот из свежих	200	0,20	0,10	17,20	68,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,67	0,70	48,67	171,00	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>550</b>	<b>30</b>	<b>17</b>	<b>112</b>	<b>614</b>	<b>89-10</b>
<b>Завтрак 3 вариант</b>								
	443	Плов из мяса птицы	230	26,1	25,3	38,6	490,00	
	685	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,9	40,00	
	269	Плошка новомосковская	50	3,90	4,20	26,15	159,00	
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	70	4,67	0,70	48,67	171,00	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>550</b>	<b>35</b>	<b>30</b>	<b>123</b>	<b>860</b>	<b>89-10</b>

Технолог общественного питания: *В.Н.Жонина* В.Н.Жонина

