



"Секретариат"  
Директор МОБС Димек 200  
И.Г.Жонова



"Учительская"  
Присоединить Совет ПК "Молочное"  
И.Г.Жонова

Меню приготовления блюд  
на "25" ноября 2025 год.

Вариативное меню

Возрастная категория : Старшие классы.

| Прием пищи        | № рецепту-<br>ры | Наименование блюда                                       | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическ-<br>ая ценность | Цена<br>завтрака |
|-------------------|------------------|----------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|------------------------------|------------------|
|                   |                  |                                                          |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                              |                  |
| Неделя/день       |                  | Вторник/Вторник                                          |           |                  |       |          |                              |                  |
| Завтрак 1 вариант |                  |                                                          |           |                  |       |          |                              |                  |
|                   | 78               | Свекла отварная                                          | 100       | 1,30             | 4,50  | 7,60     | 76,00                        |                  |
|                   | 97               | Жаркое по-домашнему с                                    | 180       | 17,50            | 15,80 | 14,58    | 232,00                       |                  |
|                   | 693              | Каша с молоком                                           | 200       | 4,60             | 4,40  | 12,50    | 107,00                       |                  |
|                   | 3                | Хлеб пшеничный,<br>обогащенный (для<br>детского питания) | 70        | 4,67             | 0,70  | 48,67    | 171,00                       |                  |
| Итого за завтрак  |                  |                                                          | 550       | 28               | 25    | 83       | 586                          | 89-10            |
| Завтрак 2 вариант |                  |                                                          |           |                  |       |          |                              |                  |
|                   | 95               | Гуляш из мяса птицы                                      | 100       | 15,14            | 11,8  | 2,74     | 79                           |                  |
|                   | 173              | Каша гречневая<br>рассыпчатая                            | 180       | 9,79             | 8,24  | 42,85    | 286,00                       |                  |
|                   | 631              | Компот из свежих                                         | 200       | 0,20             | 0,10  | 17,20    | 68,00                        |                  |
|                   | 3                | Хлеб пшеничный,<br>обогащенный (для<br>детского питания) | 70        | 4,67             | 0,70  | 48,67    | 171,00                       |                  |
| Итого за завтрак  |                  |                                                          | 550       | 30               | 21    | 111      | 604                          | 89-10            |
| Завтрак 3 вариант |                  |                                                          |           |                  |       |          |                              |                  |
|                   | 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                        |                  |
|                   | 1                | Плошка новомосковская                                    | 50        | 3,90             | 4,20  | 26,15    | 159,00                       |                  |
|                   | 3                | Хлеб пшеничный,<br>обогащенный (для<br>детского питания) | 70        | 4,67             | 0,70  | 48,67    | 171,00                       |                  |
| Итого за завтрак  |                  |                                                          | 550       | 35               | 30    | 123      | 860                          | 89-10            |

Технолог общественного питания: Жонова В.Н.Жонова

