

Утверждаю

Абдуллина Э.И.

Меню приготавливаемых блюд возрастная категория: от 7-11 лет 10 день Дата 27.03.2026

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,88	0,39	23,86	114,46	1,5	2021
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	4,73	5,47	49,79	267,38	323	2008
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	55	11,50	11,80	8,88	187,66	322	2022
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)	200	0,16	0,16	27,04	111,12	236	2022
Итого за прием пищи:	505	20,27	17,82	109,57	680,62		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,68	4,29	4,21	58,47	50	2022
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	1,97	4,10	12,33	94,42	85	2022
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	21,95	22,02	22,87	377,69	174	2022
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,00	0,00	28,21	112,83	200	2004
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,23	14,32	68,68	1,5	2021
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ИЗ РЖАНО-ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	2,43	1,02	12,66	66,6	1,6	2021
Итого за прием пищи:	720	29,36	31,66	94,60	778,69		
Всего за день:		49,63	49,48	204,17	1 459,31		

Меню приготавливаемых блюд возрастная категория: от 12-18 лет 10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,66	0,47	28,63	137,35	1.5	2021
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	230	5,44	6,29	57,19	307,18	323	2008
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	15,68	16,11	12,09	255,93	322	2022
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)	200	0,16	0,16	27,04	111,12	236	2022
Итого за прием пищи:	565	25,94	23,03	124,95	811,58		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,13	7,15	7,01	97,44	50	2022
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,47	5,13	15,42	118,03	85	2022
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	21,95	22,02	22,87	377,69	174	2022
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,00	0,00	28,21	112,83	200	2004
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,23	14,32	68,68	1.5	2021
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ИЗ РЖАНО-ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	2,43	1,02	12,66	66,6	1.6	2021
Итого за прием пищи:	810	30,31	35,55	100,49	841,27		
Всего за день:		56,25	58,58	225,44	1 652,85		

Повар