

Утверждено:  Абдуллина Э.С.

Меню приготавливаемых блюд
возрастная категория: от 7-11 лет 3 день **Дата** 19.03.2026

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	5,74	7,51	30,37	211,68	125	2022
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,26	0,01	10,29	43,42	262	2022
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50		2008
Итого за прием пищи:	517	13,63	12,81	101,72	578,06		
Обед							
САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	60	2,07	6,94	5,34	92,33	41	2021
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,56	4,30	14,96	117,06	78	2022
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,56	17,97	17,71	299,36	197	2022
НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ ВИТОШКА	200	0,00	0,00	0,00	296,00	ТТК	2011
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	27,95	30,46	64,99	940,03		
Всего за день:		41,58	43,27	166,71	1 518,09		

Меню приготавливаемых блюд
возрастная категория: от 12-18 лет 3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	230	6,61	8,63	34,96	243,60	125	2022
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,26	0,01	10,29	43,42	262	2022
ПЕЧЕНЬЕ	60	4,50	5,88	44,64	250,20		2008
Итого за прием пищи:	567	16,03	14,99	118,52	674,57		
Обед							
САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	100	3,45	11,57	8,90	153,88	41	2021
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	5,69	5,38	18,70	146,32	78	2022
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,56	17,97	17,71	299,36	197	2022
НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ ВИТОШКА	200	0,00	0,00	0,00	296,00	ТТК	2011
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	30,46	36,17	72,29	1 030,84		
Всего за день:		46,49	51,16	190,81	1 705,41		

Повар 