



Абдуллина Э.С.

Меню приготавливаемых блюд  
возрастная категория: от 7-11 лет 5 день Дата 10.04.2026

| 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             |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                 | 200          | 4,29             | 6,21    | 29,27       | 190,70                        | 91          | 2022             |
| БИТОЧКИ РЫБНЫЕ                                    | 55           | 6,32             | 7,27    | 6,72        | 117,68                        | 161         | 2022             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                       | 200          | 0,00             | 0,00    | 19,36       | 77,41                         | 240         | 2022             |
| Итого за прием пищи:                              | 505          | 14,49            | 13,87   | 79,21       | 500,25                        |             |                  |
| Обед                                              |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ                       | 200          | 1,97             | 4,10    | 12,33       | 94,42                         | 85          | 2022             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                        | 200          | 11,32            | 7,76    | 51,22       | 319,59                        | 114         | 2022             |
| ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ                            | 90           | 11,73            | 15,35   | 3,51        | 199,27                        | 198         | 2022             |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                     | 200/10       | 0,19             | 0,00    | 10,09       | 41,11                         | 261         | 2022             |
| 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:                              | 760          | 29,97            | 28,46   | 104,13      | 789,67                        |             |                  |
| Всего за день:                                    |              | 44,46            | 42,33   | 183,34      | 1 289,92                      |             |                  |

Меню приготавливаемых блюд  
возрастная категория: от 12-18 лет 5 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             |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                 | 230          | 4,93             | 7,14    | 33,66       | 219,31                        | 91          | 2022             |
| БИТОЧКИ РЫБНЫЕ                                    | 75           | 8,63             | 9,90    | 9,20        | 160,62                        | 161         | 2022             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                       | 200          | 0,00             | 0,00    | 19,36       | 77,41                         | 240         | 2022             |
| Итого за прием пищи:                              | 565          | 18,22            | 17,51   | 90,85       | 594,69                        |             |                  |
| Обед                                              |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ                       | 250          | 2,47             | 5,13    | 15,42       | 118,03                        | 85          | 2022             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                        | 200          | 11,32            | 7,76    | 51,22       | 319,59                        | 114         | 2022             |
| ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ                            | 100          | 13,02            | 17,02   | 3,92        | 221,29                        | 198         | 2022             |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                     | 200/10       | 0,19             | 0,00    | 10,09       | 41,11                         | 261         | 2022             |
| 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:                              | 820          | 31,76            | 31,16   | 107,63      | 835,30                        |             |                  |
| Всего за день:                                    |              | 49,98            | 48,67   | 198,48      | 1 429,99                      |             |                  |

Повар