

Утверждаю

Абдуллина Э.

Меню приготавливаемых блюд возрастная категория: от 7-11 лет 9 день Дата 13.03.2026

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		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
ГУЛЯШ	50	7,37	8,58	1,35	112,04	175	2022
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,22	3,30	14,93	107,90	266	2022
Итого за прием пищи:	500	19,76	18,48	69,41	525,10		
Обед							
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,77	4,18	13,13	97,74	72	2022
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	5,86	5,49	41,97	240,92	114	2022
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	95	11,26	15,27	0,95	186,21	200	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:	765	23,84	26,19	93,12	701,26		
Всего за день:		43,60	44,67	162,53	1 226,36		

Меню приготавливаемых блюд возрастная категория: от 12-18 лет 9 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
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	230	4,93	7,14	33,66	219,31	91	2022
ГУЛЯШ	60	8,84	10,29	1,62	134,45	175	2022
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,22	3,30	14,93	107,90	266	2022
Итого за прием пищи:	550	22,65	21,20	78,84	599,01		
Обед							
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,22	5,22	16,42	122,17	72	2022
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	5,86	5,49	41,97	240,92	114	2022
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	11,85	16,11	1,00	196,30	200	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	24,88	28,07	96,46	735,78		
Всего за день:		47,53	49,27	175,30	1 334,79		

Повар 