

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

на 10 сентября 2026 г.

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: осенний

Возрастная категория: Учащиеся

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
1	Суп молочный с макаронными изделиями	250,0	5,60	5,63	22,43	157,73
2	Какао с молоком	200,0	3,77	3,90	24,80	147,72
3	Масло сливочное порционно	10,0	0,13	7,25	0,09	66,10
4	Пирожок печеный с капустой	75,0	3,50	2,70	23,73	127,27
5	Хлеб пшеничный	40,0	1,37	0,16	8,95	40,68
			14,37	19,64	79,99	539,50
Обед						
1	Салат из отварной свеклы с сыром	100,0	6,30	15,18	7,67	192,57
2	Рассольник Ленинградский на бульоне сс	250,0	5,39	5,99	20,08	151,60
3	Биточки рубленые из птицы паровые	100,0	15,15	11,55	10,48	204,40
4	Макаронные изделия отварные с маслом	180,0	6,63	5,13	47,43	250,80
5	Сок фруктовый витаминизированный	200,0	0,00	0,00	23,20	92,00
6	Хлеб пшеничный	20,0	1,37	0,16	8,95	40,68
7	Хлеб ржаной	40,0	0,94	0,14	9,96	42,80
			35,78	38,15	127,77	974,85

Зав.производством _____
(подпись)

Куликова Светлана Георгиевна
(расшифровка подписи)