

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

на 17 сентября 2026 г.

День: четверг

Неделя: третья

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	Чай сладкий с молоком	200,0	1,60	1,60	17,39	86,19
2	Масло сливочное порционно	10,0	0,13	7,25	0,09	66,10
3	Сыр порционно	15,0	3,52	4,63	0,00	57,00
4	Хлеб пшеничный	40,0	1,37	0,16	8,95	40,68
5	Каша пшеничная молочная жидкая	210,0	7,75	11,64	35,54	269,38
			14,10	23,25	62,17	519,35
Обед						
1	Салат из отварной свеклы с сыром	100,0	6,30	15,18	7,67	192,57
2	Рассольник Ленинградский на бульоне с	250,0	5,39	5,99	20,08	151,60
3	Кура отварная	100,0	24,55	17,10	1,05	256,65
4	Рагу овощное	180,0	2,94	7,11	21,28	156,26
5	Компот из сухофруктов	200,0	0,44	0,02	26,77	112,90
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
			41,49	45,68	92,19	953,46

Зав. производством _____
(подпись)

Куликова Светлана Георгиевна
(расшифровка подписи)