Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

на 5 ноября 2026 г.
День: четверг
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
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	15,0	0,13	7,25	0,09	66,10
4	Хлеб пшеничный	36,0	1,37	0,16	8,95	40,68
			10,87	**16,94**	**56,27**	**412,23**
Обед						
1	Салат из отварной свеклы с сыром	100,00	6,30	15,18	7,67	192,57
2	Рассольник Ленинградский на бульоне со	250,00	5,39	5,99	20,08	151,60
3	Биточки рубленные из птицы паровые	100,00	15,15	11,55	10,48	204,40
4	Пюре картофельное	180,00	3,92	5,59	31,64	185,04
5	Сок фруктовый витаминизированный	200,00	0,00	0,00	23,20	92,00
6	Хлеб пшеничный	18,00	1,37	0,16	8,95	40,68
7	Хлеб ржаной	40,00	0,94	0,14	9,96	42,80
			33,06	**38,60**	**111,98**	**909,09**

Технолог _____ Куликова Светлана Георгиевна
(подпись) (расшифровка подписи)