Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

на 19 ноября 2026 г.
День: четверг
Неделя: третья
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	100,0	6,30	15,18	7,67	192,57
2	Рассольник Ленинградский на бульоне со	250,0	5,39	5,99	20,08	151,60
3	Биточки рубленные из птицы паровые	100,0	15,15	11,55	10,48	204,40
4	Макароные 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	18,0	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**

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