

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)
 Рацион: Школьное меню

День: 17.09.2025.
 Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	6	
1	2	3	4	5	6	7	7
Завтрак							
54-6а	Суп гороховый с картофелем и куриным мясом	250	7,63	2,8	19,20	132,80	
27.01.24	Напиток витаминизированный "Витоша"	200	0,00	0,0	19,40	77,60	
54-1з	сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,4	0,00	53,70	
Пром	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,5	29,52	140,60	
54-19з	Масло сливочное (проциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,10	
ТК № 476,01	Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт)	100	3,2	3,2	4,5	62	
Итого за Завтрак			18,97	18,15	72,75	532,8	
Обед							
54-16з	Винегрет с растительным маслом	90	1,05	8,04	6,02	100,80	
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупа рисовая)	250	6,19	7,23	14,11	146,20	
54-4м	Котлета из говядины	90	16,43	15,66	14,8	265,70	
54-12к	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,38	6,48	35,49	225,8	
54-3осус	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14	
54-3гн	Чай с лимоном	200	0,3	0,0	7	28	
Пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	
Пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43	
Итого за Обед			35	38	102	894	
Итого за день			54	57	175	1426	