

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)
Рацион: Школьное меню

День: 05.05.2026., вторник
Неделя: 2

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,75	7,56	17,17	179,8	54-34с	39,8
			гор.напиток	Кисель витаминизированный "Витоша"	200	0	0	23,5	95	ТК № 305,11	11,3
			хлеб	Хлеб пшеничный с маслом сливочным (порциями)	55	3,5	7,65	22,23	171,6	54-193-Пром.	15,24
			фрукты	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88,8	Пром	34
			булочное								
			итого		705	15,05	16,01	82,5	535,2		100,34
2	2	Обед	закуска	Икра свекольная	100	2,26	7,13	11,44	118,8	54-153	18,37
			1 блюдо	Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)	250	6,4	7,24	13,47	144,5	54-11с	12,53
			2 блюдо	Котлета из курицы	90	17,18	3,88	12,04	151,8	54-5м	47,28
			гарнир	Каша гречневая с овощами	150	7,29	6,95	32,86	223,3	ДП-6г	9,69
			напиток	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	7,98	33	54-33хн	8,92
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	14,8	70	Пром	2,16
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43	Пром	1,8
			итого		845	32	25,84	100,99	784,4		100,75