

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: Школьное меню

День: 19.05.2026., 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
				Кисель витаминизированный "Витоша"	200	0	0	23,5	95	ТК № 305,11	11,3
			гор.напиток	Хлеб пшеничный с маслом сливочным (порциями)	55	3,5	7,65	22,23	171,6	54-193-Пром.	15,24
			хлеб	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88,8	Пром	34
			фрукты								
			булочное								
2	2	Обед	итого		705	15,05	16,01	82,5	535,2		100,34
			закуска	Икра свекольная	100	2,26	7,13	11,44	118,8	54-153	18,37
			1 блюдо	Суп крестьянский с крупой (крупя 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	37,32	25,84	100,99	784,4		100,75
2	2	Итого	день:		1550	52,37	41,85	133,49	1319,6		201,09