

День: 22.09.2026.

Неделя: 2

Рацион: Школьное меню

Недел я	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углево ды	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Плов с курицей	200	11	8	17	180	54-12м	90,05
			гор.напито к	Витаминизированный кисель "Витоша"	200	0	0	24	95	ТК № 305,11	11,3
			хлеб	Хлеб пшеничный, масло сливочное (порциями), хлеб ржаной	100	7	12	22	225	54-13; 193; Пром.	20,05
			фрукты								
			итого								
					500	18	20	63	500		121,4
2	2	Обед	закуска	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	90	1,22	9,13	5,42	108,8	54-9з	10,55
			1 блюдо	Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)	250	6,4	7,24	13,47	144,5	54-10с	12,61
			2 блюдо	Котлета из курицы	90	17,18	3,88	12,04	151,8	54-5м	49,31
			гарнир	Каша гречневая с овощами	150	7,29	6,95	32,86	223,3	ДП-6г	9,65
			напиток	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	7,98	33	54-33хн	8,91
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	4,85
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	42,7	Пром	2,42
			итого		855	37,73	27,94	104,72	821,3		98,3
2	2	Итого за день:			1355	55,73	47,94	167,72	1321,3		219,7