

УТВЕРЖДАЮ

Директор КТБУ «ДПО «Юность»

Я.В. Бахмат

2025 г.

Меню на 29.07.2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса, г		Энергетическая потребность, ккал
		с 7-11 лет	с 12 лет	
	Завтрак			
234	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	250	270,25
63	Бутерброд с маслом и сыром (Вариант №1)	35	45	149
573	Хлеб пшеничный	60	60	140,4
462	Какао с молоком	200	200	94
	Второй завтрак			
82	Фрукты свежие	200	200	88
	Обед			
148	Овощи свежие порциями "Помидор"	45	50	11
122	Суп с рыбными консервами "Горбуши"	250	350	260,8
353	Сарделька говяжья	100	100	197
420	Соус томатный с овощами	50	50	44,85
256	Макаронные изделия отварные	150	200	246
495	Компот из смеси сухофруктов	200	200	84
573	Хлеб пшеничный	40	50	117
574	Хлеб ржаной	30	30	61,68
	Полдник			
580	Вафли сливочные	40	40	270,5
501	Сок фруктовый в ассортименте без мякоти	200	200	86
	Ужин			
366	Птица отварная	100	100	174
176	Рагу из овощей	150	200	163
457	Чай с сахаром	200	200	38
573	Хлеб пшеничный	40	50	117
574	Хлеб ржаной	30	30	61,68
	Второй ужин			
470	Кисломолочный напиток "Кефир"	200	200	101
581	Пряник шоколадный	40	40	183
	ИТОГО	2595	2895	2687,66

отв. за питание

диетсестра