

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 7-11 лет  
Категория: 1-4 классы  
Дата: 27.02.2025    Цикличное меню: Неделя: 2    День: 4  
\*\* очищенный картофель

| Прием пищи | Наименование блюда                                | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|------------|---------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|-----------------------------------|---------------------|
|            |                                                   |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |                                   |                     |
| Завтрак    | Ассорти овощное вариант 2                         | 80               | 0,88                    | 0,11  | 2,80     | 16                            | №ТК АС/2    | 7,47                              | 10,40               |
|            | Омлет с картофелем (запеченный)                   | 150              | 13,20                   | 15,90 | 11,25    | 284                           | 345-2004    | 48,93                             | 73,39               |
|            | Чай с сахаром и лимоном                           | 200              | 0,30                    |       | 6,70     | 28                            | 54-3гн-2022 | 2,49                              | 3,73                |
|            | Хлеб пшеничный                                    | 30               | 2,10                    | 0,60  | 15,00    | 72                            | Пром.1      | 2,90                              | 3,48                |
|            | Хлеб ржаной                                       | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|            | Кондитерские изделия (ирис)                       | 25               | 0,85                    | 1,95  | 23,30    | 120                           | Пром.       | 10,43                             | 13,56               |
|            | Итого за рацион питания :                         | 505              | 18,53                   | 18,76 | 68,05    | 562                           |             | 74,44                             | 107,23              |
| Обед       | Салат из белокочанной капусты с морковью          | 60               | 0,78                    | 1,94  | 3,87     | 36                            | 45-2017     | 4,26                              | 6,40                |
|            | Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25) | 225              | 7,64                    | 5,50  | 16,70    | 149                           | 137-2004    | 31,76                             | 47,62               |
|            | Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)                 | 90               | 10,30                   | 12,87 | 3,75     | 214                           | ТК № О/6    | 38,54                             | 57,78               |
|            | Картофель отварной с зеленью                      | 150              | 3,05                    | 4,94  | 24,15    | 182                           | 634-2022    | 21,48                             | 32,22               |
|            | Сок натуральный                                   | 180              | 0,90                    |       | 18,18    | 76                            | Пром.       | 15,30                             | 19,89               |
|            | Хлеб пшеничный                                    | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 96                            | Пром. 5     | 3,87                              | 4,65                |
|            | Хлеб ржаной                                       | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                            | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|            | Итого за рацион питания :                         | 865              | 27,07                   | 26,65 | 105,45   | 842                           |             | 125,63                            | 181,89              |
| Полдник    | Расстегай с мясом                                 | 75               | 9,43                    | 8,04  | 22,48    | 267                           | П/9         | 23,30                             | 34,93               |
|            | Чай с молоком                                     | 180              | 1,44                    | 0,99  | 7,83     | 46                            | 54-4гн-2022 | 5,45                              | 8,17                |
|            | Фрукты свежие (апельсин)                          | 100              | 0,90                    | 0,20  | 8,10     | 43                            | Пром.11     | 17,60                             | 22,88               |
|            | Итого за рацион питания :                         | 355              | 11,77                   | 9,23  | 38,41    | 356                           |             | 46,35                             | 65,98               |
| ВСЕГО :    |                                                   | 1 725            | 57,37                   | 54,64 | 211,91   | 1 760                         |             | 246,42                            | 355,10              |

Заведующий производством

подпись

расшифровка подписи