

/Краснодеев В. А.

/

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания ****

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 28.02.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 5

** 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 | Закуска из моркови | 60 | 0,54 | 4,92 | 2,88 | 114 | Пром. | 9,74 | 12,67 |
| | Плов из говядины | 150 | 11,48 | 11,03 | 28,95 | 261 | 54-11м-22 | 48,82 | 73,22 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,18 | | 5,85 | 24 | 54-2гн-2022 | 1,12 | 1,68 |
| | 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 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 540 | 15,9 | 17,15 | 71,48 | 560 | | 73,00 | 104,38 |
| Обед | Кукуруза сахарная | 60 | 1,20 | 0,20 | 6,10 | 31 | 54-21з-2022 | 21,41 | 27,83 |
| | Рассольник "Южный" | 200 | 2,40 | 6,60 | 16,08 | 108 | ТК № О/15 | 7,86 | 11,44 |
| | Наггетсы куриные | 90 | 4,92 | 6,84 | 28,64 | 211 | ТК № О/1 | 54,97 | 82,44 |
| | Макароны отварные с сыром | 150 | 10,15 | 11,94 | 25,58 | 251 | 204-17 | 34,40 | 51,60 |
| | Напиток "Ассорти" (клубника) | 180 | 0,21 | 0,10 | 14,11 | 58 | ТК № О/8 | 8,83 | 13,24 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 740 | 22,88 | 26,68 | 119,51 | 797 | | 133,56 | 193,87 |
| Полдник | Булочка домашняя | 60 | 3,77 | 7,51 | 18,07 | 167 | ТК № П/6 | 5,22 | 7,81 |
| | Йогурт | 180 | 6,12 | 4,50 | 9,90 | 105 | Пром.16 | 39,17 | 50,92 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 340 | 10,29 | 12,41 | 37,77 | 319 | | 52,59 | 69,39 |
| ВСЕГО : | | 1 620 | 49,07 | 56,24 | 228,76 | 1 676 | | 259,15 | 367,64 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

