



Ежедневное меню
основного (организованного) питания **

Возрастная категория питающихся: 12 и старше, ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 11.03.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 1

** очищенный картофель

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Ассорти из соленых овощей (огурцы, помидоры)	100	1,03	0,03	2,90	17	70-17	12,32	16,01
	Омлет натуральный	190/10	18,89	31,11	3,54	370	210-17	54,11	81,17
	Кефир порционно	200	5,80	5,00	8,00	100	386-17,ТК	15,11	19,64
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,20	3,84
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	670	30,72	37,64	57,74	693		94,89	133,58
Обед	Суп картофельный с клецками	250	3,56	4,59	18,54	144	108-17	10,82	16,24
	Шницель говяжий	100/5	15,04	25,63	13,09	312	268-17	60,28	89,97
	Макароны отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226	205-17	9,64	14,46
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76	389-17,ТК	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143	ТК	4,80	5,76
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,67	4,40
	Итого за рацион питания :	815	32,3	39,01	132,03	985		103,61	149,55
Полдник	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	243	471-03	17,58	26,38
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-17	9,09	13,64
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	380	8,45	10,89	60,62	397		34,07	49,64



М Е Н Ю (выбор) **

11.03.2024

12 и старше (5-11кл).

**** очищенный картофель**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		1,49	0,13	3,05	21	20,63
1 - Ассорти из овощей (горошек конс., огурцы соленые 30/70)	100	1,49	0,13	3,05	21	20,63
Основное		20,73	22,09	18,26	356,33	84,21
1 - Омлет с сыром запеченный	205	22,08	25,54	3,70	333	83,88
2 - Чахохбили из мяса птицы	100	17,40	17,38	3,29	239	57,54
2 - Картофельное пюре	185	3,95	6,41	24,42	172	26,84
3 - Бефстроганов	100	15,33	14,25	3,40	203	72,50
3 - Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,42	2,70	19,98	122	11,88
Дополнение		4,68	1,05	43,45	200	10,86
1 - Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	3,65
1 - Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	3,36
1 - Хлеб ржаной	35	2,10	0,35	15,75	74	3,85
		26,90	23,27	64,76	577,33	115,70

Принял:

Заведующий
производством
должность

Чару
подпись

Чарникова
расшифровка подписи