



«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель образовательной организации



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

Ежедневное меню
основного (организованного) питания

Дата: 23.11.2023
Неделя по циклическому меню: 1
День циклическому меню: 4
**картофель очищенный

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Белки	Жиры	Углебы	Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в рубль	Цена всего в рубль
Завтрак	Морковные палочки	120	1,56	0,12	8,28	42	TK	6,00	9,00
	Вок "Курица с рисом и овощами"	200	11,20	20,60	37,40	287	310-16	63,72	95,56
	Кисель из кураги	200	0,41		20,06	82	№784 стр.442	6,58	9,87
	Кондитерские изделия (пряники 25гр)	25	0,55	0,41	6,82	33	TK	8,90	11,57
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	TK	3,85	4,62
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	TK	2,51	3,01
	Итого за рацион питания :	625	19,02	22,43	111,06	627		91,56	133,63
Обед	Сыр порционно	30	6,96	8,85		108	015-17	18,88	28,32
	Борш сибирский с капустой	250	3,90	4,30	16,00	118	111-04	13,33	20,02
	Омлет с овощами и маслом сливочным	220	22,25	32,76	6,36	389	TK	55,87	82,83
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	TK	12,86	19,29
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	TK	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143	TK	4,62	5,54
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	TK	3,34	4,01
	Итого за рацион питания :	900	43,26	50,64	95,23	983		116,30	169,63
Подник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420-17	29,68	44,30
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,1 К	16,00	20,80
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	TK	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	400	13,13	10,76	62,66	400		53,08	74,72



М Е Н Ю (выбор) **

23.11.2023
12 и старше (5-11кл).
картофель очищенный

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА		ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость, руб.
Салат							
1 - Винегрет		100	1,40	1,90	7,90	53	12,00
2 - Икра кабачковая		65	1,22	5,15	5,06	72	12,24
3 - Морковные палочки		160	2,08	0,16	11,04	56	12,00
Основное							
1 - Гречен из печени		130	23,10	14,66	9,69	298	71,28
1 - Макароны отварные с маслом		180	5,90	4,94	38,10	221	13,27
2 - Бок "Курица с рисом и овощами"		177	9,91	18,23	33,10	254	84,57
3 - Колбета "Школьная"		90	13,23	10,49	11,43	219	64,72
3 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом		182	5,81	5,39	37,47	296	19,57
Дополнение							
1 - Кофейный напиток		200	3,17	2,78	15,95	101	19,29
1 - Хлеб пшеничный		45	3,15	0,90	22,50	108	4,15
1 - Хлеб ржаной		30	1,80	0,30	13,50	63	3,01

Принят: Заведующий производством _____
