

«УТВЕРЖЕНО»
Руководитель «Ульяновского областного питания»

/Шевченко М. С.

Руководитель общественной организации

«СОПАСОВАНО»

Ежедневное меню
основного (организованного) питания

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

Дата: 13.11.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 1

** очищенный картофель

Прем пиш	Наименование блюда	Бес вещества, грам и	Белк и	Жиры и	Углевод ы	Энергетич еская ценность Ккал	№ рецептур ы	Цена продукт ового набора рублях	Цена всего в рублях	Полдник	Обед	Завтрак
	Икра кабачковая(конс.)	120	2,26	9,50	9,34	132	20-17	17,39	22,60			
	Омлет натуральный	200	18,59	33,11	3,52	386	210-17	50,07	75,11			
	Кефир порционный	200	5,46	4,40	7,28	90	386-17,Т	15,11	19,64			
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	TK	7,40	9,62			
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	TK	3,08	3,70			
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	TK	2,51	3,01			
	Итого за рацион питания :	690	31,29	48,46	62,56	807		95,56	133,68			
	Суп картофельный с клецками	250	3,56	4,59	18,79	144	108-17	9,85	14,77			
	Шницель говяжий	105	16,51	14,51	14,74	257	451-04	54,91	81,91			
	Макароны отварные с овощами	180	6,21	7,19	34,23	226	205-17	11,25	16,87			
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,Т	14,40	18,72			
	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 :	815	33,56	27,89	134,27	931		98,37	141,82			
	Булочка бrioш с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	243	471-03	21,13	31,69			
	Какао с молоком	180	3,19	3,09	21,44	126	TK	11,32	16,97			
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	TK	7,40	9,62			
	Итого за рацион питания :	380	7,95	10,74	65,36	409		39,85	58,28			

13.11.2023

12 и старше (5-11кл).

** очищенный картофель

М Е Н Ю (выбор)



Директор
М. С. /

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА							Стоимость, руб.
ВЫХОД,	Б.	Ж.	У.	Энергетическая	ценность, ккал		
	1,13	3,02	4,76	50,67		11,43	
1 - Огурцы соленые	70	0,56	0,07	1,19	7	11,51	
2 - Салат из капусты белокочанной	130	1,69	4,23	8,41	79	11,47	
3 - Икра кабачковая(конс.)	60	1,13	4,75	4,67	66	11,30	
Основное							
1 - Омлет натертый	160	14,87	26,49	2,82	309	60,09	
1 - Сыр порционный	15	3,48	4,43		54	14,16	
2 - Шницель говяжий	75	11,79	10,37	10,53	184	58,50	
2 - Картофель отварной(ОЧИЩЕННЫЕ)	120	2,40	6,12	19,08	145	15,73	
3 - Отбивная из филе птицы	66	11,81	5,21	3,63	112	63,09	
3 - Ризотто с овощами	130	3,50	6,92	28,50	183	21,07	
Дополнение							
1 - Сок фруктовый	200	0,76	20,57		86	20,80	
1 - Хлеб пшеничный	28	1,96	0,56	14,00	67	2,51	
1 - Хлеб ржаной	25	1,50	0,25	11,25	53	2,51	
1 - Фрукты (яблоки)	120	0,46	0,42	10,70	48	11,54	
	21,76	24,10	82,80	633,67		123,00	

Составил:

Должность
подпись

Должность
подпись

Должность
подпись