

«СОЛАСОВАНО»
Руководитель общепитательной организации



Ежедневное меню
основного (организованного) питания
Возрастная категория питающихся: 7 - 11 лет, ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 01.12.2023
Неделя по цикличному меню: 2
День цикличному меню: 5
** очищенный картофель

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грам	Белк и	Жиры	Углеб олы	Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в рублях
Завтрак	Морковные палочки	80	1,04	0,08	5,52	28	TK	4,00
	Трапез из пирожков	90	15,99	10,15	6,71	206	TK	33,10
	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188	205-17	9,37
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,Т К	14,40
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	TK	2,40
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	TK	1,83
	Итого за рацион питания :	550	26,18	17,02	83,26	613		65,10
	Салат из соевых орехов с луком	60	0,49	3,02	1,10	34	21-17	7,78
	Борщ с капустой белокочанной и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84	110-04	9,10
	Рыба, запеченная с маслом	95	14,58	13,59	3,96	226	TK	47,27
Обед	Картофель отварной с луком	150	3,20	8,40	26,10	181	204-04	19,81
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	TK	7,40
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,Т К	16,00
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	TK	3,20
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	TK	2,75
	Итого за рацион питания :	875	25,61	30,62	98,31	810		113,31
	Бутерброд с сыром	60	11,90	16,40	41,60	183	TK	21,29
	Какао с молоком	180	3,19	3,09	21,44	126	TK	11,32
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	TK	7,40
	Итого за рацион питания :	340	15,47	19,84	71,96	349		40,01
Подник								57,81