



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Шевченко М. С.

/

Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: 7 - 11 лет , ОБЗ, дети-инвалиды

Дата: 04.10.2023

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 3

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	Сыр порционно	20	4,64	5,90		72	015-17	12,59	18,88
	Пудинг из творога со сметаной	150	17,49	20,69	29,69	454	362-04	51,89	77,87
	Кефир порционно	180	4,91	3,96	6,55	81	386-17,ТК	13,60	17,68
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,31	2,77
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,67	2,00
	Итого за рацион питания :	500	30,72	31,7	69,16	761		89,46	128,82
Обед	Ассорти овощное, морковь, болгарский перец	60	0,66	0,12	2,28	13	ТК	5,90	8,85
	Суп картофельный с фасолью консервированной	200	4,96	4,48	17,84	134	139-04	10,55	15,81
	Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом	105	13,02	14,51	7,98	230	235-17	34,95	52,41
	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	182	518-04	12,30	18,45
	Какао с молоком	180	3,19	3,09	21,44	126	ТК	11,32	16,97
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	ТК	3,85	4,62
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	Итого за рацион питания :	775	30,13	31,15	111,89	868		81,38	120,12
Полдник	Ватрушка с творогом	100	11,29	7,01	38,10	261	410-17	20,60	30,88
	Ряженка порционно	200	5,46	4,40	7,64	92	386-17,ТК	24,22	31,48
	Итого за рацион питания :	300	16,75	11,41	45,74	353		44,82	62,36