

/Шевченко М. С.

/

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания ****

Возрастная категория питающихся: 12 и старше в том числе: ОВЗ, дети-инвалиды,
дети мобилизованных, дети погибших, многодетные

Дата: 19.09.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 4

** очищенный картофель

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	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52	54-21з-2022	32,49	42,23
	Омлет с морковью	200	16,15	18,83	6,39	268	54-3о-2022	45,88	68,84
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	650	22,85	20,36	70,56	566		106,66	147,35
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146	54-8с-2022	7,23	10,83
	Биточки (говядина)	100	15,90	14,40	16,00	261	451-2004	57,45	85,70
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11г-2022	21,05	31,57
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2хн-2022	8,24	12,38
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Кондитерские изделия (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	9,48	12,32
	Итого за рацион питания :	915	32,2	31,96	134,11	959		115,53	169,17
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	273	ТК № П/5	23,67	35,24
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	400	11,65	11,91	51,67	371		36,00	52,26
ВСЕГО :	1 965	66,7	64,23	256,34	1 896		258,19	368,78	