

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

Возрастная категория питающихся: 7 - 11 лет в том числе: ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 20.09.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 5

\*\* 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        | Овощи в нарезке (огурец свежий)  | 70               | 0,58                    | 0,12         | 1,75          | 10                            | 54-2з-2022  | 8,21                              | 10,68               |
|                | Гратен из картофеля с рыбой      | 150              | 11,25                   | 12,77        | 14,19         | 306                           | ТК № 38     | 59,91                             | 89,86               |
|                | Какао с молоком                  | 180              | 3,67                    | 3,19         | 15,82         | 107                           | 382-2017    | 10,83                             | 16,24               |
|                | 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                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>550</b>       | <b>19,2</b>             | <b>17,28</b> | <b>65,56</b>  | <b>584</b>                    |             | <b>91,24</b>                      | <b>132,26</b>       |
| Обед           | Закуска из моркови               | 60               | 0,54                    | 4,92         | 2,88          | 114                           | Пром.       | 8,82                              | 11,47               |
|                | Рассольник "Ленинградский"       | 200              | 1,61                    | 4,07         | 9,58          | 86                            | 96-2017     | 6,57                              | 9,53                |
|                | Котлета "Школьная"               | 90               | 12,60                   | 9,99         | 10,89         | 209                           | №347-2018   | 41,02                             | 61,14               |
|                | Каша пшеничная рассыпчатая       | 150              | 6,32                    | 4,50         | 38,85         | 221                           | 302-2017    | 8,20                              | 12,30               |
|                | Компот из яблок и вишни          | 180              | 0,18                    | 0,09         | 9,18          | 39                            | 54-5хн-2022 | 8,40                              | 12,27               |
|                | 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                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>740</b>       | <b>25,25</b>            | <b>24,57</b> | <b>100,38</b> | <b>807</b>                    |             | <b>78,82</b>                      | <b>113,68</b>       |
| Полдник        | Сдоба обыкновенная               | 60               | 4,63                    | 3,63         | 23,45         | 157                           | ТК № П/8    | 3,44                              | 5,16                |
|                | Ряженка                          | 180              | 5,28                    | 4,56         | 7,56          | 92                            | Пром.       | 25,03                             | 32,54               |
|                | Фрукты свежие (Нектарины)        | 100              | 0,09                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.       | 14,50                             | 18,85               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>340</b>       | <b>10</b>               | <b>8,39</b>  | <b>39,11</b>  | <b>292</b>                    |             | <b>42,97</b>                      | <b>56,55</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                  | <b>1 630</b>     | <b>54,45</b>            | <b>50,24</b> | <b>205,05</b> | <b>1 683</b>                  |             | <b>213,03</b>                     | <b>302,49</b>       |