



/Шевченко М. С.

/

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

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

Дата: 25.12.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 1

\*\* 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    | Икра кабачковая                  | 100              | 1,88                    | 7,92         | 7,78          | 110                           | 20-17        | 14,49                             | 18,84               |
|            | Омлет натуральный                | 150              | 13,94                   | 24,83        | 2,64          | 290                           | 210-17       | 45,47                             | 68,21               |
|            | 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           | 2,40                              | 2,88                |
|            | Хлеб ржаной                      | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | ТК           | 1,83                              | 2,20                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>580</b>       | <b>24,41</b>            | <b>37,86</b> | <b>49,89</b>  | <b>635</b>                    |              | <b>85,19</b>                      | <b>119,43</b>       |
| Обед       | Огурцы соленые                   | 60               | 0,48                    | 0,06         | 1,02          | 6                             | 70-17        | 7,59                              | 9,87                |
|            | Суп картофельный с клецками      | 200              | 2,85                    | 3,67         | 15,03         | 115                           | 108-17       | 8,38                              | 12,57               |
|            | Шницель говяжий                  | 100              | 15,72                   | 13,82        | 14,04         | 245                           | 451-04       | 52,34                             | 78,07               |
|            | Картофельное пюре                | 150              | 3,20                    | 5,20         | 19,80         | 139                           | 54-11г-20,ТК | 14,51                             | 21,76               |
|            | Сок фруктовый                    | 200              | 0,76                    |              | 20,57         | 86                            | 389-17,ТК    | 16,00                             | 20,80               |
|            | Фрукты (яблоки)                  | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК           | 7,40                              | 9,62                |
|            | Хлеб пшеничный                   | 50               | 3,50                    | 1,00         | 25,00         | 120                           | ТК           | 4,00                              | 4,80                |
|            | Хлеб ржаной                      | 30               | 1,80                    | 0,30         | 13,50         | 63                            | ТК           | 2,75                              | 3,30                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>890</b>       | <b>28,69</b>            | <b>24,4</b>  | <b>117,88</b> | <b>814</b>                    |              | <b>112,97</b>                     | <b>160,79</b>       |
| Полдник    | Булочка бриошь с изюмом          | 100              | 4,38                    | 7,30         | 35,00         | 243                           | 471-03       | 18,09                             | 27,15               |
|            | Молоко кипяченое                 | 200              | 5,45                    | 4,40         | 8,74          | 96                            | 385-17       | 13,72                             | 20,57               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>300</b>       | <b>9,83</b>             | <b>11,7</b>  | <b>43,74</b>  | <b>339</b>                    |              | <b>31,81</b>                      | <b>47,72</b>        |