

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 12.02.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 3

КОМПЛЕКС № 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	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,48	4,43		54	15-2017	13,65	20,47
	Запеканка "Маковая неженка" с джемом 200(180/20)	200	11,50	9,72	40,07	374	№ 3п/16	98,61	147,92
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	14,50	21,74
	Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	пром.5	3,39	4,07
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	550	21,91	18,79	84,95	678		138,35	204,86
Обед	Ассорти овощное вариант 1	100	0,84	0,15	2,50	14	№ТК АС/1	11,75	16,22
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146	54-8с-2022	8,87	13,29
	Гуляш из говядины (60/60)	120	16,03	16,90	5,92	197	№Тк/217	74,92	112,39
	Рис припущенный	180	4,20	5,76	42,00	236	54-7г-2022	17,27	25,90
	Компот из клубники и яблок	200	0,22	0,14	9,62	41	5хн-22	7,67	11,10
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,87	4,65
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	9,52	12,38
	Итого за рацион питания :	935	31,14	29,38	115,76	902		136,09	198,60
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	100	6,19	7,70	32,69	232	№ТК/П/25	9,56	14,33
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,36	91	379-2017	12,37	18,55
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	380	9,93	10,31	55,15	366		39,53	55,76
ВСЕГО :		1 865	62,98	58,48	255,86	1 946		313,97	459,22

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

