

/Краснодедов В. А.

/

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 13.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 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	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-60-2022	11,50	17,25
	Каша вязкая молочная из риса	150	4,29	7,75	30,66	210	174-2017	16,63	24,93
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	13,74	20,61
	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	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	540	15,95	15,63	80,71	528		54,96	79,31
Обед	Салат из отварных овощей с зеленым горошком	80	0,98	4,86	3,57	62	ТК № 84 Н	7,45	10,55
	Суп картофельный с клецками	200	1,80	2,62	11,00	75	54-6с-2022	6,01	9,02
	Шницель из курицы	90	17,28	3,84	12,12	152	54-24м-2022	34,55	51,50
	Ризотто с овощами	150	3,91	7,98	32,85	211	ТК № О/10	20,13	27,41
	Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)	200	0,10	0,10	18,78	74	ТК № 3/12	6,42	9,63
	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 (вафли)	15	0,32	2,66	5,69	48	Пром.	4,43	5,76
	Итого за рацион питания :	795	28,39	23,06	113,01	760		84,80	120,84
Полдник	Булочка ванильная	60	4,60	5,05	28,70	177	ТК № П/7	4,94	7,41
	Кефир	180	5,22	4,50	7,20	90	Пром.10	20,13	26,17
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	340	10,22	9,95	45,7	314		33,27	44,24
ВСЕГО :		1 675	54,56	48,64	239,42	1 602		173,03	244,39

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

