«УТВЕРЖДЕНО» Руководитель оцератора питания ФИО

Руководитель общеобразовательной организации

Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся:7-11 лет

Дата 04.09.2023г.

. Неделя по цикличному меню:1 День по цикличному меню:1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергет	№ рецепт	Цена в
			Белк и	жи ры	Угле воды	ценност ь, Ккал	уры	рублях
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Каша вязкая молочная из крупы с маслом (пшеничная)(190/10)	200	8,23	10,5	42,20	298,00	173-17	24,14
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,60	TK	19,29
	Фрукты (яблоко)	100	0,38	0,35	8,92	40,00	TK	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,77
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	2,30
	Итого за рацион питания:	550	15	14	91	552		58
Обед	Салат из свежих овощей	60	1,15	0,90	3,80	56,00	ТК	6,65
	Борщ с капустой белокачанной и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84,80	110-04	13,67
	Филе птицы, тушенное в сметаном соусе (75/25)	100	13,73	5,97	3,32	235,00	TK	78,43
	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,00	205-17	14,05
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00	TK	2,72
	Фрукты (апельсин)	100	0,40	0,40	9,80	38,00	406-17	14,17
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	ТК	3,70
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63,00	ТК	3,46
	Итого за рацион питания:	880	27	19	93	800		137
Полдник	Кулебяка с капустой	100	6,03	5,83	31,23	203	742-04	16,47
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	TK	13,20
	Фрукты (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47	TK	21,13
	Итого за рацион питания:	400	9,6	8,91	57,48	351		50,8