

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

Возраст, категория: 12 и старше в том числе: ОВЗ, дети-инвалиды, дети из многодетных семей, дети участников СВО

Дата: 27.09.2024

Неделя по цикличному меню: 2

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	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189	Пром.	14,70	19,11
	Плов из говядины	200	15,30	14,70	38,60	348	54-11м-22	60,07	90,12
	Чай с сахаром	180	0,18		5,85	24	54-2гн-2022	1,07	1,60
	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 (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
	Итого за рацион питания :	630	19,77	23,9	81,35	718		95,23	135,54
Обед	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52	54-21з-2022	32,49	42,23
	Рассольник "Южный"	250	3,00	8,25	20,10	135	ТК № О/15	7,87	11,39
	Наггетсы куриные	100	5,47	7,55	31,82	234	ТК № О/1	59,33	88,99
	Макаронные изделия отварные с сыром	180	12,18	14,33	30,70	301	204-17	32,87	49,31
	Напиток "Ассорти" (вишня)	200	0,24	0,06	18,16	76	ТК № О/8	12,93	19,39
	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
Итого за рацион питания :	890	26,89	31,52	139,95	936		151,30	218,28	
Полдник	Булочка домашняя	80	6,16	5,44	40,70	223	ТК № П/6	6,25	9,38
	Йогурт	200	6,80	5,00	11,00	117	Пром.	32,97	42,86
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	380	13,36	10,84	61,5	387		46,62	61,86
ВСЕГО :	1 900	60,02	66,26	282,8	2 041		293,15	415,68	