

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель ЦОУ "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Щевиченко М. С.

/

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 15.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 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 | 60 | 0,54 | 4,92 | 2,88 | 114 | Пром. | 8,82 | 11,47 |
| | Плов из говядины | 150 | 11,48 | 11,03 | 28,95 | 261 | 54-11м-22 | 45,06 | 67,59 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,18 | | 5,85 | 24 | 54-2гп-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 (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 540 | 15,9 | 17,15 | 71,48 | 560 | | 67,24 | 96,14 |
| Обед | Кукуруза сахарная | 60 | 1,20 | 0,20 | 6,10 | 31 | 54-21з-2022 | 19,50 | 25,35 |
| | Рассольник "Южный" | 200 | 2,40 | 6,60 | 16,08 | 108 | ТК № О/15 | 6,54 | 9,49 |
| | Нагетсы куриные | 90 | 4,92 | 6,84 | 28,64 | 211 | ТК № О/1 | 53,40 | 80,10 |
| | Макароны отварные с сыром | 150 | 10,15 | 11,94 | 25,58 | 251 | 204-17 | 27,39 | 41,09 |
| | Напиток "Ассорти" (клубника) | 180 | 0,21 | 0,10 | 14,11 | 58 | ТК № О/8 | 8,21 | 12,30 |
| | 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 : | 740 | 22,88 | 26,68 | 119,51 | 797 | | 120,85 | 175,30 | |
| Полдник | Булочка домашняя | 60 | 3,77 | 7,51 | 18,07 | 167 | ТК № П/6 | 4,69 | 7,02 |
| | Йогурт | 180 | 6,12 | 4,50 | 9,90 | 105 | Пром.16 | 29,68 | 38,58 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 340 | 10,29 | 12,41 | 37,77 | 319 | | 41,77 | 55,22 |
| ВСЕГО : | 1 620 | 49,07 | 56,24 | 228,76 | 1 676 | | 229,86 | 326,66 | |

Заведующий производством

должность

Щевиченко М. С.

подпись

Щевиченко М. С.

расшифровка подписи