

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 7-11 лет  
Категория: 1-4 классы  
Дата: 25.04.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 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    | Овощи в нарезке (огурец свежий)            | 70               | 0,58                    | 0,12  | 1,75     | 10                            | 54-23-2022  | 11,43                             | 14,86               |
|            | Гратен из картофеля с рыбой                | 150              | 11,25                   | 12,77 | 14,19    | 306                           | ТК № 38 Нов | 71,86                             | 107,80              |
|            | Какао с молоком                            | 180              | 3,67                    | 3,19  | 15,82    | 107                           | 382-2017    | 13,21                             | 19,81               |
|            | Хлеб пшеничный                             | 30               | 2,10                    | 0,60  | 15,00    | 72                            | Пром.1      | 2,90                              | 3,48                |
|            | Хлеб ржаной                                | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                     | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|            | Итого за рацион питания :                  | 550              | 19,2                    | 17,28 | 65,56    | 584                           |             | 109,82                            | 159,28              |
| Обед       | Икра кабачковая консервированная порционно | 60               | 0,72                    | 1,74  | 3,92     | 34                            | Пром.       | 10,10                             | 13,14               |
|            | Рассольник "Ленинградский"                 | 200              | 1,61                    | 4,07  | 9,58     | 86                            | 96-2017     | 8,52                              | 12,43               |
|            | Котлета "Школьная"                         | 90               | 12,60                   | 9,99  | 10,89    | 209                           | №347-2018   | 43,38                             | 64,67               |
|            | Каша пшеничная рассыпчатая                 | 150              | 6,32                    | 4,50  | 38,85    | 221                           | 302-2017    | 9,61                              | 14,42               |
|            | Компот из клубники и яблок                 | 180              | 0,20                    | 0,12  | 8,66     | 37                            | 5хн-22      | 6,91                              | 9,99                |
|            | 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                |
|            | Итого за рацион питания :                  | 740              | 25,45                   | 21,42 | 100,9    | 725                           |             | 84,61                             | 121,97              |
| Полдник    | Сдоба обыкновенная                         | 60               | 4,63                    | 3,63  | 23,45    | 157                           | ТК № П/8    | 3,83                              | 5,74                |
|            | Ряженка                                    | 180              | 5,28                    | 4,56  | 7,56     | 92                            | Пром.       | 33,04                             | 42,95               |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                     | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|            | Итого за рацион питания :                  | 340              | 10,31                   | 8,59  | 40,81    | 296                           |             | 45,07                             | 59,35               |
| ВСЕГО :    |                                            | 1 630            | 54,96                   | 47,29 | 207,27   | 1 605                         |             | 239,50                            | 340,60              |

Заведующий производством

подпись

расшифровка подписи